Svijet
jugoslavenska ženska revija

DOMAĆINSKI GODIŠNJAK 1984.

KALENDAR
ROKOVNIK

SAVJETI
MODA
VRT
ZDRAVLJE
KOZMETIKA



CIJENA 200 D

Svaka obitelj u vođenju kućanstva susreće se s problemom novca: kako rasporediti mjesečni prihod i uskladiti ga s potrebnim izdacima. Najbolji je način izdatke razumno planirati i redovito ih bilježiti. U kućanstvu ušteđeni novac isto je kao i zarađeni novac, jer štednja je manje stvar odricanja, a više dobrog rasporeda trošenja.

Evo nekoliko napomena za vođenje domaćinstva:

---

10 PRAVILA ZA UREDNO VOĐENJE KUĆNOG BUDŽETA!

1. IZNOS IZDATAKA MORA BITI JEDNAK IZNOSU PRIMITKA.
2. SVAKOG DANA REDOVITO BILJEŽITE SVOJE PRIHODE I RASHODE.
3. NE BACAJTE RAČUNE! ONI ĆE VAM OLAKŠATI EVIDENCIJU IZDATAKA.
4. PIŠITE BROJKE JEDNE ISPOD DRUGIH? BIT ĆE VAM OLAKŠANO ZBRAJANJE.
5. NE TROŠITE NEPROMIŠLJENO NOVAC ONOGA DANA KADA PRIMITE PLAĆU.
6. PRIJE NEGO SE UPUTITE U KUPOVINU, RAZMISLITE ŠTO ĆETE KUPITI I SVOJE POTREBE ZABILJEŽITE NA LISTIĆU PAPIRA.
7. KADA IDETE KUPOVATI NE ČINITE TO U POSLJEDNJI ČAS!
8. NI JEDAN IZNOS NIJE PREMALEN, A DA SE NJIME NE BI MOGLO NEŠTO UŠTEDJETI.
9. NOVAC S KOJIM NAMJERAVATE IZVRŠITI VEĆE NABAVKE ULOŽITE NA ŠTEDNU KNJIŽICU.
10. BUDITE UPORNI I 15-OG U MJESECU NE PRESTANITE BILJEŽITI IZDATKE.

DOMAĆINSKI GODIŠNJAK 1984.

Specijalno izdanje jugoslavenske ženske revije »Svijet« Zagreb, 1983.

Specijalno izdanje jugoslavenske revije »Svijet«, Zagreb, Avenija bratstva i jedinstva 4. Izdavač: RO novinsko-izdavačke djelatnosti SOUR-a Vjesnik, OOUR Informativno-revijalna izdanja. Za izdavača: **Vesna Blüml-Mihaljević.** Tisak: SOUR »Vjesnik«, OOUR TM — Zagreb, 1983.

Pripremili: Vesna Blüml-Mihaljević, Višnja Ogrizović, Selma Oruč, Dobrila Solar, Magda Weltrusky
Grafički urednik: Pero Juranović, tehnički urednik: Vjenceslav Vrbanec

ŠTO JE DOMAĆINSKI GODIŠNJAK?

Bogati izbor dosadašnjih specijalih izdanja »Svijeta« dopunili smo ove godine novim. Nadamo se da će vam, kao i sva dosadašnja, pomoći u svakidašnjem životu. A taj je život, znate i sami, sve složeniji. Stalna jurnjava na relaciji posao izvan kuće-kuća-škola-vrtić začinjena je društvenim i roditeljskim obavezama, sve složenijom nabavkom namirnica, odjeće, obuće, malim a ponekad na žalost, i većim zdravstvenim komplikacijama, pogotovu kad su djeca u kući... Dodajmo svemu i to što je ekonomiziranje vremenom i novcem potreba koja se sve jače osjeća ne samo u društvu i privredi nego i u našim obiteljima. Ne kaže se badava da je dobra organizacija – pola učinjenog posla. U tome vam može pomoći naš Domaćinski godišnjak.

»Svijetov« je godišnjak, naime, više od običnog kalendara, rokovnika i adresara, a i taj je dio našeg priručnika prilagođen životnim svakidašnjim potrebama. Koliko ste puta na primjer tražili ceduljice na koje ste upisali telefonski broj ili radno vrijeme liječnika, vašeg vrtića ili škole, servisa, datum nečijeg rođendana, godišnjice. Poslužite li se našim godišnjakom, izbjeći ćete živciranje (kad otkrijete da se zametnuli sve takve ceduljice, tko zna koji put) uštedjeti vrijeme tražeći iznova adrese i telefonske brojeve, izbjeći isprike što ste i ove godine zaboravili rođendan svekrve i godišnjicu braka najboljih prijatelja. Sitnice? Možda – ali od one vrste koje nam zagorčavaju život.

Nudimo vam i nešto što do sada u našim rokovnicima nije bilo uobičajeno: evidenciju prihoda i troškova, jer vrijeme u kojemu živimo prisilit će nas, ako već nije, da pažljivo ekonomiziramo i jednim i drugim, a ako se priviknete na to da vodite i takav dnevnik, otkrit ćete da se (možda) može i racionalnije poslovati u kući.

To je dakako, samo dio našeg godišnjaka. U njemu vam nudimo također mnoštvo savjeta, prijedloga i odgovora na pitanja s kojima se gotovo svaki dan susrećete. Osim onoga neizbježnoga što danas kuhati, na što vam odgovaramo velikim izborom recepata, ovdje su i praktični savjeti za domaćinstvo, priručnik prve pomoći (a i drugi kratki i korisni prilozi o zdravlju), savjeti o vrtu, balkonu, cvijeću prema godišnjim dobima, prilozi o odijevanju izabrani po načelu izradite sami, jednostavno, brzo, ekonomično... I još ponešto.

Uostalom, prelistajte, pročitajte. Uvjereni smo da ćete ubrzo uvidjeti kako vam naš Domaćinski godišnjak može korisno poslužiti svih 366 dana 1984. godine. A zapravo i duže.

1984

SIJEČANJ JANUAR

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
U	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	
Č	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

VELJAČA FEBRUAR

N		5	12	19	26
P		6	13	20	27
U		7	14	21	28
S	1	8	15	22	29
Č	2	9	16	23	
P	3	10	17	24	
S	4	11	18	25	

OŽUJAK MART

N		4	11	18	25
P		5	12	19	26
U		6	13	20	27
S		7	14	21	28
Č	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31

TRAVANJ APRIL

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
U	3	10	17	24	
S	4	11	18	25	
Č	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

SVIBANJ MAJ

N		6	13	20	27
P		7	14	21	28
U	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
Č	3	10	17	24	31
P	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	

LIPANJ JUNI

N		3	10	17	24
P		4	11	18	25
U		5	12	19	26
S		6	13	20	27
Č		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30

SRPANJ JULI

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
U	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	
Č	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

KOLOVOZ AUGUST

N		5	12	19	26
P		6	13	20	27
U		7	14	21	28
S	1	8	15	22	29
Č	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	

RUJAN SEPTEMBAR

N		2	9	16	23	30
P		3	10	17	24	
U		4	11	18	25	
S		5	12	19	26	
Č		6	13	20	27	
P		7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29	

LISTOPAD OKTOBAR

N		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
U	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31
Č	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

STUDENI NOVEMBAR

N		4	11	18	25
P		5	12	19	26
U		6	13	20	27
S		7	14	21	28
Č	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	

PROSINAC DECEMBAR

N		2	9	16	23	30
P		3	10	17	24	31
U		4	11	18	25	
S		5	12	19	26	
Č		6	13	20	27	
P		7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29	

1985

**SIJEČANJ
JANUAR**

N		6	13	20	27
P		7	14	21	28
U	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
Č	3	10	17	24	31
P	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	

**VELJAČA
FEBRUAR**

N		3	10	17	24
P		4	11	18	25
U		5	12	19	26
S		6	13	20	27
Č		7	14	21	28
P	1	8	15	22	
S	2	9	16	23	

**OŽUJAK
MART**

N		3	10	17	24	31
P		4	11	18	25	
U		5	12	19	26	
S		6	13	20	27	
Č		7	14	21	28	
P	1	8	15	22	29	
S	2	9	16	23	30	

**TRAVANJ
APRIL**

N		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
U	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	
Č	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

**SVIBANJ
MAJ**

N		5	12	19	26
P		6	13	20	27
U		7	14	21	28
S	1	8	15	22	29
Č	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	

**LIPANJ
JUNI**

N	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	
U	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	
Č	6	13	20	27	
P	7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29

**SRPANJ
JULI**

N		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
U	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31
Č	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

**KOLOVOZ
AUGUST**

N		4	11	18	25
P		5	12	19	26
U		6	13	20	27
S		7	14	21	28
Č	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31

**RUJAN
SEPTEMBAR**

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
U	3	10	17	24	
S	4	11	18	25	
Č	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

**LISTOPAD
OKTOBAR**

N		6	13	20	27
P		7	14	21	28
U	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
Č	3	10	17	24	31
P	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	

**STUDENI
NOVEMBAR**

N		3	10	17	24
P		4	11	18	25
U		5	12	19	26
S		6	13	20	27
Č		7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30

**PROSINAC
DECEMBAR**

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
U	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	
Č	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

ROĐENDANI — GODIŠNJICE

siječanj — januar

veljača — februar

ožujak — mart

travanj — april

svibanj — maj

lipanj — juni

srpanj — juli

kolovoza — august

rujan — septembar

listopad — oktobar

studeni — novembar

prosinac — decembar

VAŽNIJI TELEFONI

Hitna pomoć: 94
Vatrogasci: 93
Milicija: 92

Liječnik: ______________________
Liječnik: ______________________
Liječnik: ______________________

Vrtić — jaslice: ______________________
Škola: ______________________

Servisi: ______________________
Servisi: ______________________
Servisi: ______________________

Redakcija »Svijeta«: (041) 515—555, kućni 556

Ostalo: ______________________

____

nedjelja

1

siječanj – januar
Nova godina

ponedjeljak

2

siječanj – januar

Pripremanje čaja



Čaj što nam dolazi iz Indije, Kine ili Šri Lanke (Cejlona) po navici zovemo ruskim, a često mu nepravilnim pripremanjem uništimo okus i miris. Potreban vam je metalan, porculanski ili keramički čajnik, koji smije služiti samo za čaj. U nj stavite listiće čaja (po žličicu na šalicu) ili vrećice (po 1 za 2 šalice), pa ih prelijte kipućom vodom. Čajnik ostavite poklopljen pet minuta, a onda odstranite vrećice ili listiće da čaj ne bi bio pregorak. Poslije svake upotrebe čajnik dobro isperite; nemojte ga prati deterdžentom.

utorak

3

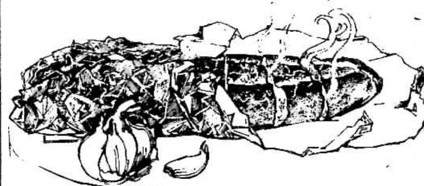
siječanj – januar

srijeda

4

siječanj – januar

Kruh sa češnjakom



PRIPREMITE: hljeb staroga kruha, 10 dag maslaca ili margarina, 4–5 režnja češnjaka, alu-foliju.

Zapalite pećnicu. Izmiješajte margarin ili maslac s nasjeckanim i zgnječenim češnjakom. Stari kruh narežite na kriške tako da donja korica ostane nerazrezana kako bi se kruh držao zajedno. Namažite narezane kriške (do nerazrezane korice) maslacem, ponovo stisnite kruh, čvrsto ga zamotajte folijom i pecite u pećnici 10–15 min. Poslužite sa sirom ili salatom.

četvrtak

5

siječanj – januar

petak

6

siječanj – januar

»SVIJET« broj 1

Valjušci s makom

PRIPREMITE: za tijesto – 1 kg žutoga krumpira, 25 dag brašna, 6 dag maslaca ili margarina, 3 dag krupice (griza), 1 jaje, sol; za posipavanje – 10 dag maslaca ili margarina, 1/8 l maka (samljevenoga), 10 dag šećera.

Od toploga, skuhanoga, oguljenoga i protisnutoga krumpira, brašna, krupice, maslaca, jaja i soli izradite na dasci glatko tijesto. Podijelite na 4 dijela, svaki razvaljajte na pobrašnjenoj dasci da dobijete palac debeo valjušak, narežite na komadiće i oblikujte rukom. Ruke brašnite da se valjušci ne lijepe. Spustite valjuške u kipuću slanu vodu i kuhajte 5–7 min (da isplivaju na površinu), ocijedite ih i prelijte otopljenim maslacem, makom i šećerom. Odmah poslužite.

subota

7

siječanj – januar

nedjelja

8

siječanj – januar

Kruške iznenađenja



Ogulite 6 tvrdih krušaka, prorežite ih po duljini i izdubite koštice. Dobivenu udubinu ispunite mješavinom od 10 dag samljevenih oraha, žutanjka, likera i šećera.



Slijepite natrag po dvije polovice ispunjenih krušaka, pa ih unakriž isprobodite čačkalicama da se ne raspadnu.



Skuhajte kruške u zaslađenom crnom vinu (kuhajte oko 20 min) i poslužite rashlađene.

ponedjeljak

9

siječanj – januar

utorak

10

siječanj – januar

Jastučići s mozgom

PRIPREMITE: desetak palačinki, 1 dag luka, 3 dag masti, malo peršinova lišća, 35 dag telećega ili govedskog mozga, 1 jaje, sol, papar, 1 bjelanjak, 2 jaja za pohanje, malo brašna i mrvice za pohanje.

Ispržite na masti nasjeckani luk, dodajte opran, očišćen i nasjeckani mozak. Ispirjajte ga, pa u vruć dodajte nasjeckani peršin, jaje, sol i papar. Ispečene palačinke obrežite da dobijete pravilan oblik, prorežite ih napola, na svaki dio stavite nadjev od mozga. Preklopite, slijepite rubove bjelanjcem, presložite u oblik jastučića. Uvaljajte ih u brašno, tučena jaja i mrvice, pa ispohajte. Poslužite vruće uz varivo od špinata ili salatu od kiselog kupusa.

srijeda

11

siječanj – januar

četvrtak

12

siječanj – januar

Duboko smrznuti limuni



Načinite zalihu limuna u svome zamrzivaču, jer odlično podnose niske temperature! Možete ih zamrznuti cijele tako da ih dobro operete i svaki posebno zamotate u tanku plastičnu foliju. Još zamrznute lako ćete narezati na kolute ili naribati koricu. Dobro se zamrzavaju i narezani koluti. Njih spremite u plastičnu vrećicu, odakle ćete uzeti onoliko koliko vam ustreba. Limunov sok ulijte u posudu za zamrzavanje kocaka leda, pa zamrznute kockice preselite u plastičnu vrećicu.

petak

13

siječanj – januar

subota

14

siječanj – januar

Plećka s ričetom

PRIPREMITE: 1,5 kg mesa od svinjske plećke, 8 dag masti, 2 glavice luka, vezicu peršunova lišća, nekoliko gljiva (mogu biti i sušene), 50 dag ječma, 15 dag graha, sol, papar.

Grah dan prije namočite i skuhajte, a možete upotrijebiti i onaj koji je ostao od pripremanja nekoga drugog jela. Ječam (oljušteni) polumekano skuhajte u slanoj vodi. Svinjetinu narežite na manje odreske, posolite ih i naglo ispržite na masti. Meso izvadite, a na istoj masti ispržite nasjeckani luk. Dodajte nasjeckani peršun i gljive, pa ih ispirjajte. Onda vratite odreske, dodajte ječam i grah, pa sve dalje pirjajte da meso omekša. Povremeno podlijevajte vodom da jelo bude jušasto. Posolite, popaprite.

nedjelja

15

siječanj – januar

ponedjeljak

16

siječanj – januar

Pletenice



PRIPREMITE: 50 dag brašna, 2 dl mlijeka, 5 dag masti, 7 dag šećera, malo soli, naribanu limunovu koricu, 2 dag kvasca, 8 dag grožđica, 1 jaje za mazanje.

Podmijesite kvas od kvasca, malo brašna, mlijeka i šećera. Kad uziđe, umiješajte preostalo brašno, mlijeko, rastopljenu mast, sol, limunovu koricu i naposljetku grožđice. Istucite čvrsto tijesto, istresite na pobrašnjenu dasku, dalje mijesite i stavite na toplo mjesto da uziđe. Razvaljajte, načinite tanke valjuške, spletite ih u pletenice, pospite makom, poslažite na zamašteni lim. Neka na toplome stoje 30 min. Stavite ih u vrlo zagrijanu pećnicu, smanjite vatru i pecite jedan sat.

utorak

17

siječanj – januar

srijeda

18

siječanj – januar

Grčki popečci

PRIPREMITE: 30 dag samljevene janjetine, 8 dag riže, ulje, 5 dag luka, sol, papar, 2 žumanjca; pripremljeni umak od rajčice.

Nasjeckani luk ispržite na ulju, dodajte rižu, miješajte na jačoj vatri, zalijte s malo vode i ispirjajte rižu da bude gotovo sasvim mekana. Pomiješajte je s mesom, posolite i popaprite mješavinu. U ohlađenu dodajte žutanjke, a po potrebi i malo vode ili juhe da dobijete glatku smjesu. Od nje oblikujte popečke i ispržite ih na ulju, pa prelijte već pripremljenim umakom od rajčica.

četvrtak

19

siječanj – januar

petak

20

siječanj – januar

»SVIJET« broj 2

Savršena tjestenina

Talijanska je tjestenina najbolja na svijetu, pa od njihovih kuhara možemo naučiti kako se priprema: u posoljenu kipuću vodu najprije stavite žlicu ulja, a tek onda špagete. Oni se neće međusobno slijepiti, a ni voda neće tako žustro kipjeti iz lonca. Dakako, vatru ćete smanjiti kad voda ponovo zakipi. Povremeno promiješajte špagete drvenom kuhačom da ih odvojite. Pazite da ih ne prekuhate. Talijani kažu da moraju biti »al dente«, tj. da se osjete pod zubima, a ne da se raspadaju po ustima.

subota

21

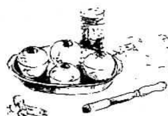
siječanj – januar

nedjelja

22

siječanj – januar

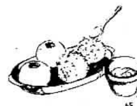
Snježne loptice



1 Izdubite sredinu jabukama i napunite ih mješavinom oraha, šećera i ruma. Poslažite ih na zamašteni lim i zarežite po sredini (samo koru!).



2 Pecite ih sat, pa smanjite vatru. Ogulite ih s 2 vilice, od zarezanog dijela prema gore.



3 Istucite snijeg od 2 bjelanjka, umiješajte 3 žlice šećera i 3 žlice kokosovog brašna, pa time omažite jabuke. Pecite još 40. min.

ponedjeljak

23

siječanj – januar

utorak

24

siječanj – januar

Pileća prsa s gljivama

PRIPREMITE: 4 pileća prsa (bijelo meso), sol, ulje, 12 dag gljiva (mogu biti i sušene), 2 dag brašna, 2,5 dl juhe (može iz kocke), po ukusu malo curryja i mažurana, sol.

S prsa skinite kožicu, posolite ih i naglo ispržite na ulju. Izvadite meso, na istom ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte očišćene i na listiće narezane gljive. Miješajte na vatri da gljive omekšaju, te da se ispari tekućina koju su pustile. Pospite gljive brašnom, miješajte dalje da brašno porumeni, dodajte curry i mažuran (ako želite). Pomalo, neprekidno miješajući, zalijevajte juhom da dobijete gusti umak. Neka dobro provri. Posolite ga. U umak stavite opet pileća prsa i pirjajte još oko pola sata da meso omekša (može i kraće, ovisno o vrsti piletine). Provjerite okus umaku.

srijeda

25

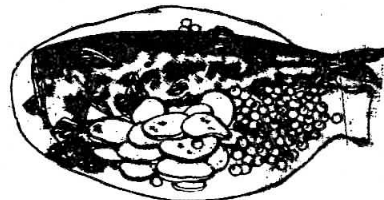
siječanj – januar

četvrtak

26

siječanj – januar

Oslići s limunom



PRIPREMITE: 4 smrznuta oslića, 2 limuna, 3 žlice maslinova ulja, 1 dl bijelog vina, nekoliko listića ružmarina, sol, papar; za prilog – grašak (duboko smrznuti ili iz konzerve), prženi krumpiri, peršunovo lišće.

Na ulju propržite na kolute narezan 1 limun, pa time ispunite odmrznute ribe. Posolite ih i popaprite, pa ispržite na ulju. Zalijte ih vinom, dodajte ružmarin i pirjajte da omekšaju. Prije posluživanja pokrijte ribe drugim limunom narezanim na komadiće. Uz njih stavite grašak i krumpir, ukrasite peršunom.

petak

27

siječanj – januar

subota

28

siječanj – januar

Samo jedan ormar



Treba ga, dakle, dobro iskoristiti! Da biste što bolje iskoristili prostor na gornjim policama, kupite plastične, četvrtaste posude i na svaku ispišite što se u njoj nalazi pa neće biti traženja ni zbrke. Za rublje možete iskoristiti i donji dio ormara tako da na jednoj polovici vješate samo kraću odjeću (bluze i suknje) kako bi dolje bilo mjesta za ubacivanje posebne male police. Ispod duljih dijelova odjeće stavite ladicu za obuću.

nedjelja

29

siječanj – januar

ponedjeljak

30

siječanj – januar

Juha od kelja



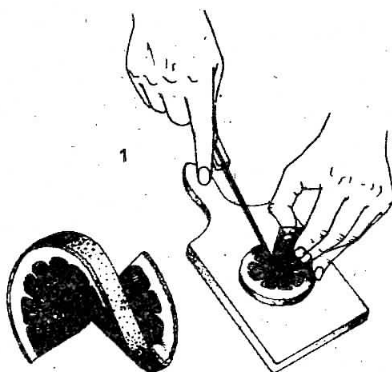
PRIPREMITE: 30 dag kelja, 15 dag mrkve, 8 dag masti ili ulja, 2 dag luka, nekoliko grančica peršuna, 5 dag brašna, 15 dag krumpira, sol, papar.

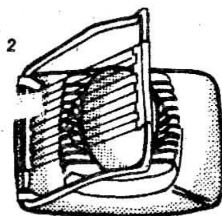
Oprani kelj narežite na rezance. Na masti ispržite nasjeckani luk, dodajte očišćene i narezane mrkve, prijajte desetak minuta, onda poprašite brašnom i miješajte da brašno porumeni, zalijte vodom, dodajte kelj i kuhajte 20 minuta. Dodajte još krumpir – oguljen i narezan na kockice, posolite, popaprite. U gotovu juhu dodajte nasjeckani peršin.

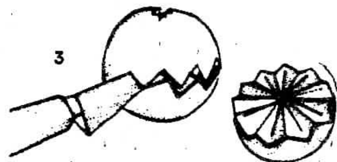
utorak

31

siječanj – januar







Ukrasi za jelo



1 Kolut naranče ili limuna zarežite od sredine do jednog ruba i izvijte kao što vidite na crtežu.

2 Narezana tvrdokuhana jaja (osobito ako ih narežete posebnom napravicom) privlačan su ukras; poslažite ih u krug poput ružice i u sredinu stavite peršinov list.

3 Jabuku, rajčicu ili neki drugi okrugli plod valovito zarežite nožem.

4 Kiseli krastavci po sebi su efektan ukras, a i narezani po duljini ili širini. Ako ih ne prorežete do kraja, razvucite »latice« i dobit ćete cvjetić.

I zimi grmlje cvate!

Početak je godine, sve u prirodi još miruje, tek će potkraj mjeseca u toplijim predjelima procvasti prvi bademi. Golo će drveće u kontinentalnim predjelima okititi tek snijeg, pa ćete se možda čuditi što sad želim pisati o cvatućem grmlju. Ali, ono cvate i zimi! Na žalost, ti su grmovi rijetki u našim vrtovima, iako je likovac npr. biljka naših planina.



Hamamelis, čudesni oraščić

Hamamelis, čudesni oraščić procvate osebujnim cvjetovima već u prosincu, ako je blaža zima, a cvate sve do ožujka. Lista poslije cvatnje. Žuti cvjetovi sa smeđom češkom doimaju se kao da su umjetni, osobito kad ih ugledamo u prirodi na rahlo razgranatom grmu usred zime. Ubrane grane rascvjetaće se i kod kuće u vazi. Ali, budite obzirni, ne režite ih mnogo, jer hamamelis nije bujni grm. Možete ga posaditi bilo gdje u vrtu, no provjerite vidi li se to mjesto dobro s prozora kako biste zimi mogli uživati u pogledu na taj lijepi grm. Nema nekih posebnih zahtjeva na tlo.



Likovac, maslinica

Likovac, maslinica, *Daphe mezereum* raste (nekoliko vrsta) samoniklo po našim planinama čak na visinama iznad 2000 m. Cvate prije listanja, potkraj siječnja i u veljači. Sasvim nestvarno izgledaju sitni, nježni, svijetloljubičasti cvjetići na golim granama, a likovac cvate sve do travnja privlačeći mirisom pčele. Sadite likovac na vapnenasto tlo, koje mu pogoduje. Likovaca ima nekoliko vrsta, a razlikuju se po obliku i veličini. Tako imamo i nisku odliku *Daphne cneorum* i listopadnu vrstu *D. laureola.* osobito se cijene u hortikulturi, jer neobičan su ukras vrta.

Maslinica i hamamelis primjeri su kako u vrtu, pa bio on i u kontinentalnom predjelu, možemo cijele godine imati cvatuće grmlje.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI		IZDACI	
OSOBNI DOHODAK	20.000,	STANARINA	
OSOBNI DOHODAK 3. ii dijelo	10.000,00	VODA	
OSOBNI DOHODAK		ELEKTRIKA	
MIROVINA		PLIN	
MIROVINA		GRIJANJE	
DJEČJI DODATAK		RTV	
STIPENDIJA		TELEFON	
DRUGI STALNI PRIHODI		OSIGURANJE	
		ZAJAM	
		OSTALI IZDACI	
IZVANREDNI PRIHODI			

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI 3. II. 1984.		IZDACI 13. II. dīgla 10000,00	
kupila : A. jahnu ; 30 dkg vune	2.000,00	Komunalije i PTT	3.600,00
5 malo grēšla / Plac : 2 kg	900,00	Dućan i bonbonjera	1.250,00
Škaspino - dućan ; voće	2.900,00	Ž. posudila	1.000
			5.850,00

ŠTEDNJA

GRIJANJE

● Nabavljate li peći za grijanje, dobro je znati da su elektroakumulacijske peći pravi žderači struje, pogotovu ako ih koristimo za osnovno zagrijavanje stana. Da bi zagrijala prostor od 25 do 40 četvornih metara, uz dnevnu akumulaciju od osam sati, akumulacijska peć od 3 kWh (kilovata), približno potroši 720 kWh električne energije na mjesec. Za usporedbu, bojler koji također slovi kao velik potrošač, može potrošiti 190 kWh na mjesec.

● Zabrtvite prozore i vrata termoizolacijskim vrpcama i silikonskim masama.

● Debeli zastor na prozorima, ispod onoga ukrasnoga, tankoga, poslužit će također kao izolator. Ako je na tome mjestu radijator, zastor stavite iza njega.

U KUHINJI

● Nema koristi izlazi li plamen izvan stranica posude. Nećete tako brže skuhati, ali potrošit ćete bez potrebe više plina.

● Ravno dno posude, koje dobro prianja na plinsku ili električnu ploču štednjaka i iste je veličine kao ploča, znači – uštedu energije.

● »Danas je slab plin«, pomislite često. Posrijedi je zapravo to da je u kući propuh i plamenik se ne može dobro razgorjeti.

● Štednjak na kojemu se vidi jelovnik od nekoliko dana nije samo – prljav štednjak, nego smanjuje toplinski kapacitet grijaćih ploča.

● Za plinsko kuhanje odaberite masivnije posude s čvrstim dnom koje bolje i dulje zadržava toplinu.

● Ne štedite na redovitom servisiranju plinskih instalacija (neka ih stručnjaci pogledaju barem jedanput na godinu), jer neispravne i nečiste plinske instalacije kradu toplinsku energiju i novac.

● Nabavite za kuhanje lonac na povišeni tlak, jer njime ćete, tvrde stručnjaci, potrošiti 60 pa čak i do 80 posto struje manje nego kuhanjem u klasičnim loncima.

● Grijaću ploču uključite tek onda kad stavite posudu na nju. Odmah uključite na najjaču regulaciju, a zatim smanjite stupnjeve. Isključite nešto prije nego što je jelo sasvim gotovo – dovršit će se na već zagrijanoj ploči.

● Provjerite prianjaju li dobro vrata pećnice. Držite se uputa o stupnju temperature i vremena potrebnoga za pečenje. Treba li jelo staviti u unaprijed zagrijanu pećnicu, koristite kontrolno svjetlo koje označava stupanj zagrijanosti. Jelo stavite u pećnicu čim se ugasi to svjetlo. Pećnicu možete isključiti pet do deset minuta prije nego što jelo izvodimo – dopeći će se na skupljenoj toplini.

● U hladionik ne stavljajte vruće jelo. Posuda u hladioniku neka bude zaklopljena jer pri isparavanju veći je potrošak struje.

● Ako je na hladioniku dotrajala gumica koja zaptiva vrata, promijenite je. Ulazak toplog zraka u hladionik izaziva veću potrošnju energije.

U KUPAONICI

● Za manju obitelj dovoljan je u kupaonici bojler od 50 do 80 litara (za kuhinju 8 do 10 litara). Ondje gdje su kuhinja i kupaonica jedna uz drugu, sa zajedničkim instalacijama na pregradnoj stijeni, ne kupujte dva bojlera nego jedan zajednički, veći.

● Ne zaboravite povremeno očistiti kamenac, jer oblozi kamenca na grijaču bojlera uveliko smanjuju prijelaz topline iz grijača na vodu.

● Ne pregrijavajte bojler. Umjesto da prevruću vodu miješate s hladnom, podesite toplinu na onoliko koliko vam je potrebno za kupanje. Dugme za zagrijavanje stavite na 60 Celzijevih stupnjeva.

● Za tuširanje se troši mnogo manje vode nego ako zaronite u kadu.

srijeda

1

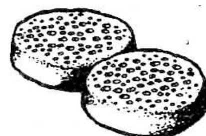
veljača – februar

četvrtak

2

veljača – februar

Pogačice od čvaraka



PRIPREMITE: 25 dag čvaraka, 30 dag brašna, 3-4 žlice vrhnja, 3-4 žlice bijelog vina, 2 žumanjka, sol, 2 dag kvasca malo mlijeka, 1 dag kima [kumina].
Sameljite čvarke, dodajte im brašno, žumanjke, sol, kvasac razmućen u malo mlakog mlijeka, te vino i toliko vrhnja da dobijete čvrsto tijelo. Na pobrašnjenoj ga dasci tri puta uzastopce razvaljajte, premotajte i držite na hladnome po 30 min. Razvaljajte, izrežite pogačice, namažite ih razmućenim jajetom, pospiti solju i kimom pa ispecite u pećnici.

petak

3

veljača – februar

»SVIJET« broj 3

subota

4

veljača – februar

Suhe šljive u rakiji

PRIPREMITE: 50 dag suhih šljiva, 1 litru lipova čaja, 12 kocki (ili žličica) šećera, 5 dl rakije.
Neka se oprane suhe šljive moče 24 sata u lipovu čaju (nezaslađenomu). Staklenku od 1 litre isperite kipućom vodom i pažljivo obrišite sasvim suhom krpom, pa u nju poslažite dobro ocijeđene šljive. Skuhajte sirup od šećera i 1 dl vode, prelijte ga preko šljiva, dolijte rakijom i poklopite. Možete jesti nakon tjedan dana, a stoji neograničeno dugo.

nedjelja

5

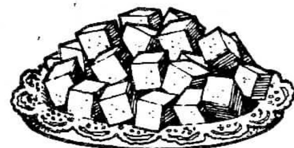
veljača – februar

ponedjeljak

6

veljača – februar

Rahat-lokum



PRIPREMITE: 50 dag šećera u kockama, 8 dag škrobnog brašna, 1/2 limuna, 10 dag badema, nekoliko kapi ružina ulja, šećer u prahu s mirisom vanilije.

Šećer i limunov sok skuhajte u 5 dl vode. Skidajte pjenu i kuhajte pola sata, pa u kipuće ulijte litru vode u kojoj ste otopili škrobno brašno. – Dugo kuhajte da dobijete gustu smjesu koja otpada od kuhače. Maknite s vatre, dodajte oguljene i samljevene bademe, te ružino ulje. Ulijte u uljem namazani lim da bude dva prsta debela smjesa. Drugi je dan istresite na dasku i narežite mokrim nožem na kocke te ih uvaljajte u šećer u prahu.

utorak

7

veljača – februar

srijeda

8

veljača – februar

Guska na podvarku

PRIPREMITE: manju gusku, 2 glavice luka, 2 kg narezanoga kiselog kupusa, sol, papar, ulje
Gusku očistite, a ponutricu odvojite za juhu. Izvadite masnoću, narežite je i stopite da biste na njoj ispržili nasjeckani luk (po potrebi dodajte malo ulja). Na isprženi luk dodajte kiseli kupus (malo ga isperite ako vam se učini prekiselim). Posolite, popaprite i pirjajte dvadesetak minuta, a u međuvremenu polijte gusku kipućom posoljenom vodom (s kojom ćete pripremiti juhu). U nauljeni lim stavite kupus i gore gusku pa pecite dva i pol sata (gusku povremeno okrećite i po potrebi vlažite). Kiseli kupus mora se lijepo zapeći, a guska neka bude skroz pečena (duljina pečenja ovisi o njenoj težini). Uz to masno jelo poslužite krumpire skuhane u slanoj vodi (nezačinjene).

četvrtak

9

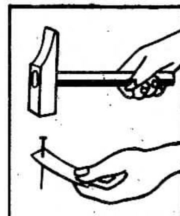
veljača – februar

petak

10

veljača – februar

Zabijanje čavla



I u tome jednostavnom poslu treba znati neka pravila. Neoprezno je držati čavao između dva prsta dok ga zabijate jer ćete se vrlo vjerojatno lupiti po prstu. Stoga najprije provucite čavao kroz komadić kartona, pa dok zabijate držite kraj kartona u ruci. Prije upotrebe čekića provjerite je li nasađen kako treba, da mu glava ne otpadne dok zabijate čavao. Kad želite zajedno zabiti dvije daske, nemojte čavao zabijati okomito nego koso, a svaki čavao neka bude zabijen u drugome smjeru, da sve čvršće drži.

subota

11

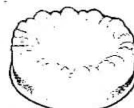
veljača – februar

nedjelja

12

veljača – februar

Torta od jabuka



PRIPREMITE: prhko tijesto – 24 dag brašna, 16 dag maslaca ili margarina, 8 dag šećera, 1 žumanjak, koricu od 1/4 limuna; nadjev – 1/4 1 slatkog vrhnja, 4 žumanjka, 10 dag šećera, 1 žlicu škrobnog brašna, 1 kg jabuka, 1 žličicu ruma; tučeno slatko vrhnje za ukras.

Pomiješajte sve sastojke za prhko tijesto, zamijesite ga s malo vode i ispecite u dnu kalupa za torte. Istucite žumanjke sa šećerom, dodajte škrobno brašno i slatko vrhnje, pa tucite na pari da se dobro zgusne. Dodajte oguljene i sitno naribane jabuke te rum. To izlijte na ohlađeno tijesto u kalupu i stavite da se zamrzne. Prije posluživanja ukrasite tučenim slatkim vrhnjem i kriškicama prokuhanih jabuka.

ponedjeljak

13

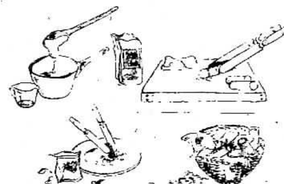
veljača – februar

utorak

14

veljača – februar

Popečci od piletine



1. Zagrijte 5 dag maslaca ili margarina, dodajte 7 dag brašna i miješajte na vatri (ne smije potamniti), pa zalijte s 1 dl mlijeka. Miješajte da dobijete vrlo gustu smjesu.

2. Dodajte 35 dag kuhane ili pečene nasjeckane piletine (ostatke bez kostiju). Posolite, popaprite i oblikujte duguljaste popečke. Možete ih poslužiti hladne.

3. Želite li poslužiti tople, tad ih uvaljajte u brašno, tučeno jaje i mrvice.

4. Ispržite ih u dubokoj masnoći, izvadite na upijajući papir da se iscijedi suvišak masnoće i poslužite odmah, još vruće.

srijeda

15

veljača – februar

četvrtak

16

veljača – februar

Varivo od kisele repe

PRIPREMITE: 1 kg kisele repe, 40 dag sušenih svinjskih rebara, malo šećera, sol, mljevenu crvenu papriku, 5 dag masti i 5 dag brašna, 2 dl vrhnja.

Pristavite kuhati rebra, posebno prokuhajte kiselu repu, ocijedite je dodajte uza skuhano meso. Načinite zapržak od masti i brašna, naprašite mljevenom paprikom i dodajte varivu. Provjerite treba li još soli, po ukusu možete dodati i malo šećera ako je repa prekisela. Prije posluživanja dodajte i vrnjhe. Varivo od repe (kao i kiseli kupus) bolje je ako se podgrije, pa u tom slučaju nemojte odmah dodati vrhnje, nego prije posluživanja.

petak

17

veljača – februar

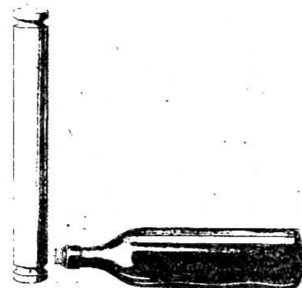
»SVIJET« broj 4

subota

18

veljača – februar

Umjesto valjka



Nemate li pri ruci nikakav valjak (ni debeo ni tanak), vrlo uspješno možete tijesto razvaljati uz pomoć obične jednolitrene stakle boce. Napunite je vrlo hladnom vodom i – na posao!

nedjelja

19

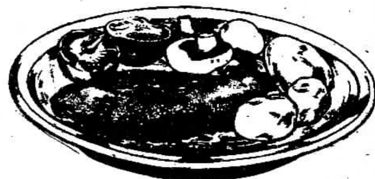
veljača – februar

ponedjeljak

20

veljača – februar

Punjeni bečki odrezak



PRIPREMITE: 6 što tanjih telećih (ili svinjskih) odrezaka, 6 sasvim tankih odrezaka sira i šunke; brašno, jaje, malo mlijeka, mrvice i ulje za pohanje, sol.

Istanjite odreske, posolite ih i istucite s obje strane. Na svaki stavite po odrezak šunke i sira, preklopite i pričvrstite čačkalicom. Uvaljajte u brašno, jaje istučeno sa sasvim malo mlijeka i soli, te u mrvice. Spustite u zagrijanu mješavinu ulja i masti da dobije lijepu boju, smanjite vatru i pecite s obje strane. Poslužite s različitim povrćem.

utorak

21

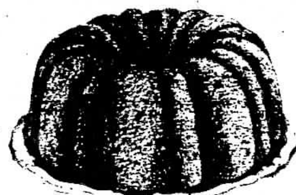
veljača – februar

srijeda

22

veljača – februar

Varenac od krupice



PRIPREMITE: 5 dl mlijeka, 15 dag krupice, 10 dag maslaca ili margarina, 3 jaja, 12 dag šećera, 2 omota vanilin-šećera, 5 dag grožđica, maslac i šećer za kalup, voćni sok, malo soli.

Malo posolite mlijeko i onda kad zakipi uspite krupicu. Miješajte dalje na vatri da dobijete čvrstu okruglicu. Maknite s vatre i umiješajte maslac. Posebno istucite žutanjke sa šećerom i vanilin-šećerom, dodajte u ohlađenu krupicu. Umiješajte još grožđice, te snijeg od bjelanjaka. Uspite u zamašćeni i pošećereni kalup i kuhajte na pari 1 sat. Ohlađen varenac istresite iz kalupa i poslužite s voćnim sokom.

četvrtak

23

veljača – februar

petak

24

veljača – februar

Smuđ na mornarski način

PRIPREMITE: 2 kg smuđa, sol, ulje, 2 glavice luka, 8 dag gusto ukuhane rajčice, 1–2 žlice octa, 1/8 l crnog vina.

Ribe očistite i narežite na odreske, glave odrežite. Na ulju ispržite nasjeckani luk, zalijte ga vinom, dodajte sol, riblje glave, ocat i rajčice. Pirjajte sat vremena, onda umak protisnite. Na ulju propirjajte ribe, pa zalijte umakom i pirjajte da omekšaju.

subota

25

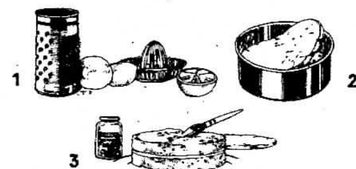
veljača – februar

nedjelja

26

veljača – februar

Torta s marmeladom



1 Dobro izradite 12 dag margarina ili maslaca, dodajte 12 dag šećera, naribanu koricu od 2 naranče, 5 dag grožđica, 3 žutanjka, žlicu sirupa od naranče, 20 dag brašna, prašak za pecivo i snijeg od bjelanjaka.

2 Ispecite u namaštenom i pobrašnjenom kalupu, pa ohlađeno prorežite. Listove natopite sokom od one 2 naribane naranče.

3 Tortu slijepite debljim slojem marmelade od marelica, a njome namažite i vanjske stranice torte, pa pospite grubo narezanim orasima ili lješnjacima.

ponedjeljak

27

veljača – februar

utorak

28

veljača – februar

Zagorska juha od zeleni

PRIPREMITE: 20 dag povrća za juhu, 8 dag špinata, 3 dag masti, 2 dag luka, 10 sag brašna i 8 dag masti za zapržak, sol, papar, 2 dl vrhnja, 4 odreska staroga kruha, sol.

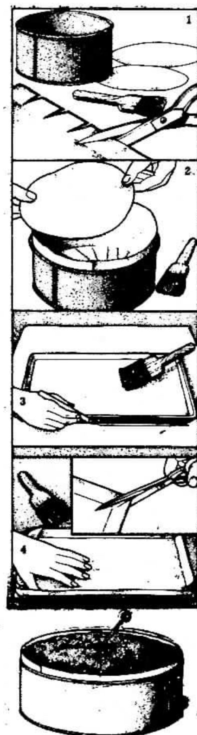
Sve povrće očistite i operite. Korijenje mrkve, celera i peršina narežite na manje komade, propržite s nasjeckanim lukom na 3 dag masti, dodajte ostalo povrće po ukusu i špinat narezan na rezance, pa sve pirjajte da omekša. Maknite s vatre i pustite da se malo ohladi. U međuvremenu narežite stari kruh na kockice i propržite ih na masti, pa stavite u zdjelicu da ih svatko sâm dodaje u juhu. Ohlađeno povrće protisnite ili usitnite mikserom, te zalijte na zapržak od masti i brašna. Zalijte vodom, posolite i dobro prokuhajte. Prije posluživanja dodajte vrhnje.

srijeda

29

veljača – februar

Pečenje kolača



Da bi kolač uspio, potrebno se držati nekoliko temeljnih pravila: poštujte zadane sastojke i upute za rad iz recepta. Važno je poznavati i svoju pećnicu, jer ne peče svaka jednako. Pećnica na plin često jače peče u gornjem dijelu, pa tamo pecite sitne kolače. Električne pećnice peku nešto brže, pa o tome vodite računa kad pečete deblje tijesto kojemu treba vremena da se skroz ispeče.

Prije pripremanja tijesta spremite kako treba lim ili kalup. Premažite ga maslacem ili margarinom, pospite oštrim brašnom ili mrvicama, a možete obložiti alufolijom ili masnim papirom. U pola pečenja pokrijte kolač folijom ili papirom da ne bi izgorio vanjski sloj dok se ispeče sredina.

Okruglom kalupu najprije obložite papirom stranice, pa donji dio zarežite (crtež 1) i složite na dno kad pokrijete stranice. Zatim preko stavite dio izrezan za dno i rubove dobro stisnite. Zamastite papir (2).

Za tijesto koje ćete peći u tankom sloju lim pokrijte papirom ili folijom (3) malo većom od dna, pa zarežite kutove kako biste uredno složili u lim (crtež 4).

Kad je kolač pečen? Ovisno o pećnici vrijeme naznačeno u receptu može odstupiti 5 do 10 min. Stoga provjerite je li kolač iznutra još sirov premda izgleda pečen ili se predugo peče pa će biti zasušen. Probodite iglom kolač, izaći će suha ako je pečen, a ljepljiva ako ga treba peći još 10–15 min. (crtež 5).

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

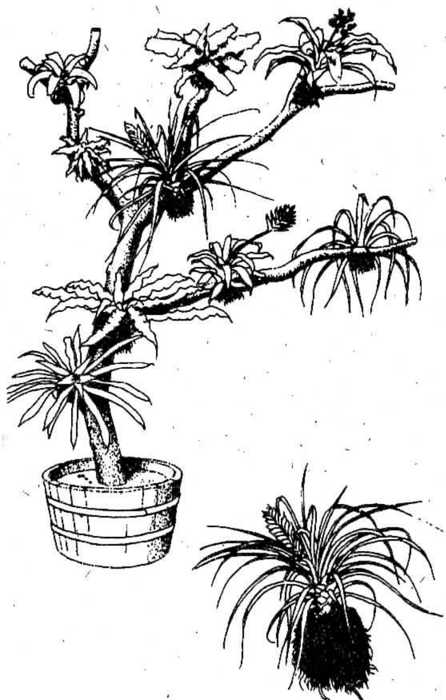
PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

Nešto posebno!

U veljači zapažamo kako u gradovima uređuju parkove, obrezuju velika stabla, tako da smo ponekad prisiljeni obilaziti odrezane povelike grane. Obratite se vrtlarima i zamolite ih da vam ustupe lijepu, račvastu granu, pa je ponesite kući i načinite nešto posebno. Dakako, imate li prostora i vaši ukućani neće podići preveliku galamu, jer imaju razumijevanja za vaše velike zamisli. U ovomu će vam poslu, naime, biti potrebni i pomagači.

Granu valja dobro učvrstiti, za što upotrijebite neku veliku posudu, veliki lonac za cvijeće, bačvicu ili tzv. križ za novogodišnji bor. Na učvršćenu, sigurnu granu pričvrstit ćete nekoliko lončanica, najbolje bromelije (to su: vrieseja, guzmanija, tilandsija, kriptantus), a dekorativne su i paprati, te puzavci. Bromelije i paprati izvadite iz



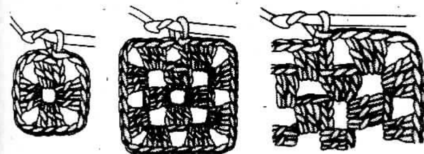
lonca sa zemljom, omotajte ih navlaženom mahovinom, te žicom pričvrstite za granu pazeći da budu uspravne, jer bromelije se zalijevaju u tzv. srce. Lonac možete staviti u drugi, ukrasni, pa voda neće kapati, a i lakše ćete pričvrstiti o granu.

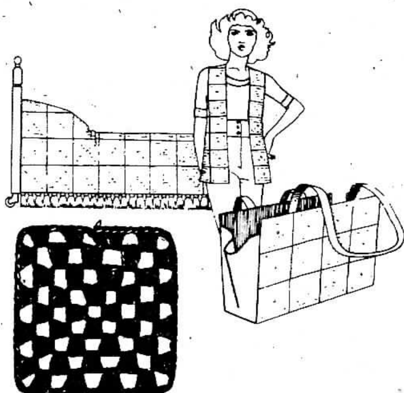
Nastojte da biljke ne skidate s grane kako bi se razbujale i stvorile dojam da su ondje oduvijek kao osebujna biljna zajednica. To ćete postići ako pažljivo obavite pripremne radove da biste poslije biljke lako zalijevali i prihranjivali. Iz šume možete donijeti lišaje, pa njima djelomično pokriti granu, sve će se doimati još prirodnije. Umjesto skupoga, a često i nelijepoga, stalka za svijeće imat ćete krasan ukras u stanu.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

Kačkani kvadrati

● **Prsluk, torba ili pokrivač** od kvadratića u jednoj ili više boja vune. Nanižite 8 očica lančića i zatvorite u krug; **1. red:** (prva boja) 4 visoka štapića, 2 očice lančića 4x; **2. krug:** (druga boja) u svaki luk radite 4 visoka štapića 2 očice lančića, 2 visoka štapića, 2 očice lančića; **3. krug:** (treća boja) u prvi luk radite *2 visoka štapića, 2 očice lančića, 2 visoka štapića, 2 očice lančića; u sljedeći luk radite 4 visoka štapića, 2 očice lančića, ponovite od*; **4. krug:** (četvrta boja) u očice lančića između dvije grupe visokih štapića radite *4 visoka štapića, 2 očice lančića, 4 visoka, 2 očice lančića; na očice lančića što slijede radite 4 visoka, 2 očice lančića 2x, zatim ponovite od*; **5. krug:** sve niskim štapićima s istom bojom i četvrtog kruga kačkajući 2 niska u četiri kuta.





TROVANJA

Trovanja su hranom česta. U takvim se slučajevima, ovisno o težini trovanja, pojavljuju i proljevi. Kod malih proljeva vrlo je djelotvoran lijek životinjski ugljen. Na žalost, u nas se više ne proizvodi, jer se to ne isplati tvornicama zbog niske cijene. Ali, možete ga napraviti i sami!

Bijeli kruh narežite na kriške i pustite da u pećnici sagori do potpunog pougljenja. Zatim ga sameljite, a onda valjkom za tijesto usitnite u prah poput brašna. Kod proljeva i pokvarenog želuca dvije žličice takvoga **domaćeg praha** više će vam pomoći nego bilo koji lijek! Isto tako i kod mnogih otrovanja.

Djeca vrlo često posežu za tabletama, jer im se dražeji sa slatkom ovojnicom čine kao bomboni. Kad se slatkoća istopi pa osjete gorko, tabletu brzo progutaju. Tako je vrlo često prouzročeno trovanje. Naime, da se otruje djetetu je potrebno 20 puta manje nego odraslom. Zato lijekove spremajte na mjesto do kojega dijete ne može doći! Osobito zaključavajte tablete za spavanje, smirenje, lijekove za srce i one za snižavanje krvnog tlaka. Ako je dijete ipak popilo tablete, najprije mu dajte **domaći prah,** a onda ga najhitnije odvedite liječniku.

Neuredna smočnica također može biti uzrok trovanja. Držite li pokraj boca s vinom ili sokovima i boce s benzinom ili nekim drugim naftnim derivatima, možda će netko od ukućana zabunom potegnuti iz krive boce. Ako je netko popio benzin ili neki drugi naftni derivat, nemojte ga tjerati da povraća! Dovoljno je da pri tom samo jedna kapljica dospije u pluća pa da bude kobnija nego popijeni benzin. U takvim je slučajevima gotovo redovita posljedica smrt! Otrovanoga odmah odvedite liječniku! I uredite smočnicu!

Suknjica od hlača

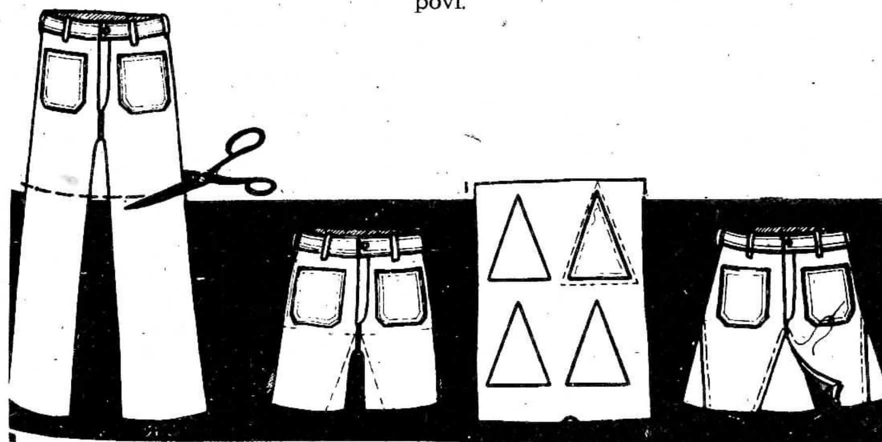
Kad traper-hlače postanu premalene, skrojite od njih – suknjice za dijete.

A – skratite nogavice u dužini suknje, predvidjevši 2 cm za rub;

B – oparajte unutrašnje i vanjske šavove hlača u istoj visini, položite ih na stol te označite na njima gdje će doći umetnuti trokuti koji će im dati širinu;

C – od ostatka nogavice izrežite četiri trokuta, predvidjevši 2 cm za rubove. Porubite ih. Trokute možete izrezati i od tkanine kontrastne boje;

D – trokute našijte na prednju i stražnju stranu suknjice, kao i na bokovima. Prošijte ih kao što su prošiveni i džepovi.





četvrtak

1

ožujak – mart

petak

2

ožujak – mart

»SVIJET« broj 5

Đuveč od graha

PRIPREMITE: 60 dag graha, 20 dag suhe svinjetine (bez kosti), 20 dag suhe slanine, 20 dag dimljene kobasice, 15 dag luka, ulje, vezicu peršunova lišća, malo mljevene crvene paprike.

Grah močite najmanje 12 sati, ocijedite ga, dodajte mu suho meso, pa kuhajte da sve omekša. U međuvremenu na ulju ispržite slaninu narezanu na kockice, dodajte nasjeckani luk i kobasice narezane na kolute. Sve ispržite, posolite, pospite mljevenom crvenom paprikom. Provjerite je li skuhani grah dovoljno slan, pa slažite u zemljanu ili vatrostalnu posudu redove graha i redove pržene mješavine luka, slanine i kobasice (mješavini dodajte još i skuhano suho meso narezano na komadiće), te nasjeckano peršunovo lišće. Na vrhu neka bude luk. Stavite složenac u pećnicu da se lijepo zapeče. Jelo ne smije biti previše jušasto.

subota

3

ožujak – mart

nedjelja

4

ožujak – mart

Pohane ribe



PRIPREMITE: 8 odrezaka ribe (bez kože i kosti), 2 žlice ulja i žličicu maslinova ulja, 4 žlice mrvica, 2 režnja češnjaka, žličicu suhe majčine dušice, 2 žličice nasjeckana peršunova lišća, 1 limun, 2 jaja, sol, papar, malo brašna.

U mrvice dodajte nasjeckani i zgnječeni češnjak, majčinu dušicu, peršun i naribanu limunovu koricu, a u jaja dodajte sol i papar. Ribu uvaljajte u brašno, pa u jaja i mrvice, ispohajte je na mješavini ulja i poslužite s kriškama limuna.

ponedjeljak

5

ožujak – mart

utorak

6

ožujak – mart

Torta od mrkve

PRIPREMITE: 5 jaja, 25 dag šećera, 25 dag očišćene i naribane mrkve, korice od limuna, 1 žlicu ruma, 25 dag badema, 5 dag škrobnoga brašna, maslac i brašno za kalup, malo marmelade od kajsija, tučeno slatko vrhnje.

Dugo miješajte žutanjke sa šećerom i u posvijetljelu, pjenastu smjesu postupno umiješajte naribanu mrkvu, malo naribane korice od limuna, rum, samljevene bademe (neoguljene), škrobno brašno i naposljetku (sasvim polako i sa što manje miješanja!) čvrsti snijeg od bjelanjaka. Kalup namažite maslacem ili margarinom, pa uspite gotovo tijesto i pecite na umjerenoj vatri oko 1 sat. Ohlađeno vodoravno prorežite i slijepite marmeladom od marelice, a izvana tortu namažite tučenim slatkim vrhnjem.

srijeda

7

ožujak – mart

četvrtak

8

ožujak – mart

Cvjetača sa šunkom



PRIPREMITE: 1,5 kg cvjetače, 30 dag suhoga mesa (kuhanoga) 2 jaja, 2 dl vrhnja, malo masti, mrvice, sol.

Cvjetaču rastavite na cvjetiće i skuhajte u slanoj vodi. Suho meso nasjeckajte. Vatrostalnu posudu namastite, pospite mrvicama, pa slažite red cvjetače, red mesa. Po vrhu pospite mrvicama, zalijte vrhnjem u kojemu ste razmutili jaja i sol, prelijte time cvjetaču i zapecite je u pećnici (oko 30 min).

petak

9

ožujak – mart

subota

10

ožujak – mart

Nadjeveno srce

PRIPREMITE: 2-3 teleća srca, 20 dag suhe slanine (od šunke), 1 žemlju, malo juhe, 2 kisela krastavca, 3 glavice luka, sol, papar, 15 dag što tanje narezane suhe slanine.

Žemlju (suhu) namočite u juhu. Srca očistite i proširite im unutrašnju šupljinu. Na malo slanine ispržite nasjeckani luk, dodajte iscijeđenu žemlju, narezane krastavce, sol i papar. Tim nadjevom ispunite srca, omotajte ih narezanom suhom slaninom i zavežite koncem. U posudi otopite preostalu slaninu od šunke pa na tome propržite srca. Podlijte ih juhom i pomalo pirjajte da posve omekšaju. Ako su sasvim mlada i mekana, možete ih ispeći u pećnici.

nedjelja

11

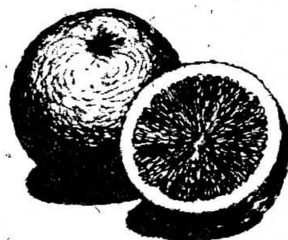
ožujak – mart

ponedjeljak

12

ožujak – mart

Miris naranče



Naranča je izvrsno voće i može popraviti okus kojekavim slatkišima. Narančin sok dodajte kompotu od jabuka (dakako, kad se ohladi, da se u vrućemu ne bi uništili narančini vitamini), njime natopite biskvit kojega namjeravate puniti voćnim nadjevom. Pita od jabuka i različiti drugi kolači bit će ukusniji dodate li im malo naribane narančine korice.

Na isti način možete upotrebiti i mandarinke.

utorak

13

ožujak – mart

srijeda

14

ožujak – mart

Travnička sarma

PRIPREMITE: 1 kg listova kiselog kupusa, 30 dag govedine od buta, 6 dag riže, 10 dag luka, sol, papar, 20 dag skorupa (vrhnja sa skuhanoga slatkog mlijeka), 5 dl mlijeka, malo mljevene crvene paprike i masnoće.

S glavice odvojite listove kupusa i polijte kipućom vodom, pa ocijedite. Načinite nadjev od samljevenog mesa, riže, nasjeckanog luka, soli i papra. Veće listove kupusa prepolovite da biste s nadjevom načinili male sarme. Poslažite ih u lonac i zalijte vodom, pa skuhajte. Prelijte mljekom i skorupom, te još malo kuhajte da se sok zgusne. Prije posluživanja propržite mljevenu papriku na maslu ili maslacu, pa prelijte preko sarme.

četvrtak

15

ožujak – mart

petak

16

ožujak – mart

»SVIJET« broj 6

Krem-juha s lećom

PRIPREMITE: 20 dag leće, 10 dag suhe slanine, 5 dag celerova korijena, 1 veliku mrkvu, 1 veći krumpir, 1 glavicu luka, peršunovo lišće, ulje, sol, papar, 4 hrenovke.

Leću namočite dan unaprijed, ocijedite vodu i skuhajte je. U međuvremenu na ulju propržite kockice suhe slanine, dodajte luk, ispržite i njega, dodajte očišćene te narezane celer i mrkvu. Pirjajte neko vrijeme, dodajte oguljeni krumpir, zalijte vodom i skuhajte. Protisnite ili usitnite mikserom. Stavite ponovo na vatru, dodajte skuhanu leću, posolite, popaprite, ukuhajte narezane hrenovke i pustite da malo vri. Prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršun.

subota

17

ožujak – mart

nedjelja

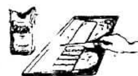
18

ožujak – mart

Lisnati kolačići



1 Odmrznite lisnato tijesto i malo razvljajajte ga u jednom smjeru pazeći da zadrži lijep oblik.



2 Smjestite tijesto na ovlaženi lim i narežite na kolačiće debele poput prsta. Pecite 10 minuta na jakoj vatri, tj. da budu skroz pečeni.



3 Svaki kolačić prorežite vodoravno u tri sloja, pa ih slijepite pekmezom ili kremom i ukrasite tučenim slatkim vrhnjem.

ponedjeljak

19

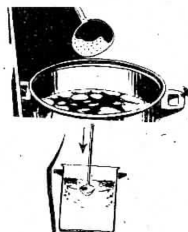
ožujak – mart

utorak

20

ožujak – mart

Manje masna juha



Ovisno o mesu što ga kuhate u juhi, može se dogoditi da se na površini skupi veći sloj masnoće koji nije privlačan, a ne odgovara ni osjetljivim želucima. Poželjno je tu masnoću odstraniti (a možete je poslije korisno upotrijebiti za pripremanje neke juhe od povrća, u koju se ne stavlja meso). Najjednostavnije je skinuti stvrdnutu masnoću s hladne juhe (crtež 1) no ako nemate vremena čekati, možete postupiti ovako: pojačajte vatru da juha jako vri, spustite varjaču u sredinu lonca, pa odozdo prema gore pokupite mesnoću koja se zbog vrenja našla uz rubove lonca (crtež 2).

srijeda

21

ožujak – mart

četvrtak

22

ožujak – mart

Plećka u mlijeku

PRIPREMITE: svinjsku plećku tešku 80–90 dag, 5 dl mlijeka, sol, papar.

Iz plećke (kojoj niste skinuli kožicu) oprezno izvadite kost. Dobili ste nešto nalik na velik odrezak. Posolite i popaprite sa svih strana. Savijte meso u svitak (ruladu) i omotajte čistim, čvrstim pamukom da zadrži oblik. U posudu ulijte posoljeno mlijeko, pa u nj stavite meso. Poklopite i polako pirjajte da meso omekša, a mlijeko gotovo nestane. Tad pojačajte vatru da meso dobije boju, a od soka i mlijeka nastane gusti, žućkastosmeđi umak.

petak

23

ožujak – mart

subota

24

ožujak – mart

Podravska torta od maka

PRIPREMITE: 25 dag samljevenog maka, 25 dag šećera, 25 dag kukuruznog brašna, 5 dl mlijeka, 1 prašak za pecivo, maslac (ili mast) i brašno za kalup, marmeladu po ukusu.

Mlakim mlijekom prelijte mak, dodajte šećer i kukuruzno brašno, a na kraju i prašak za pecivo (dobro promiješajte, da ga bude posvuda. Kalup za tortu namastite i pospite brašnom, ulijte tijesto i ispecite ga na srednje jakoj vatri (45 min). Mlaki kolač vodoravno prorežite, natrag slijepite marmeladom, a njime namažite tortu i izvana.

nedjelja

25

ožujak – mart

ponedjeljak

26

ožujak – mart

Puran na kninski način

PRIPREMITE: 1 purana, 50 dag maslina, ulje, sol, papar, nekoliko vrlo tankih odrezaka suhe slanine s pršuta.

Očišćenog purana posolite i popaprite izvana i iznutra. U unutrašnjost stavite masline, pa otvor zatvorite čačkalicama. Omotajte purana slaninom i prevežite čistim, bijelim pamukom da se ne miče dok ga budete okretali za vrijeme pečenja. Položite purana u nauljeni lim i pecite ga u pećnici, povremeno okrečite, pa zalijevajte vodom i vlastitim sokom. Prije posluživanja otvorite otvor i povadite masline, a poslužite ih uz purana kad i suhu slaninu.

utorak

27

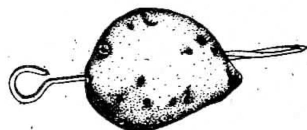
ožujak – mart

srijeda

28

ožujak – mart

Kuhanje krumpira



Za svako jelo u kojemu se koristi krumpir kuhan u ljusci važno je odabrati gomolje podjednake veličine, bilo da su podjednako maleni ili veliki. U protivnom mali će se raspasti, a veći će još biti sirovi. U načelu su bolji manji, jer vam se kod velikih može dogoditi da se izvana već raspada, a sredina je još sirova. U vodu u kojoj se kuhaju krumpiri stavite soli, pa će se manje raspadati. Ako prije kuhanja kroz krumpir probodete metalni ražnjić, skratit ćete vrijeme kuhanja za desetak minuta.

četvrtak

29

ožujak – mart

petak

30

ožujak – mart

»SVIJET« broj 7

Zapečeni makaroni

PRIPREMITE: 50 dag makarona, 2,5 dl kiselog vrhnja, 2 žumanjka i 1 jaje, sol, 3 dag parmezana, 2 dag mrvica, 3 dag maslaca ili margarina, te maslac ili margarin i mrvice za posudu.

Makarone skuhajte u slanoj vdi, ocijedite ih i isperite hladnom vodom. Pazite da ne budu previše kuhani! Narežite ih na komade dugačke 3 cm. Vatrostalnu posudu namastite i pospite mrvicama. Stavite u nju makarone. Pomiješajte jaje, žutanjke, vrhnje i sol, zalijte tom ješavinom makarone, pospite ih mrvicama i naribanim sirom. Odozgo još poprskajte otopljenim maslacem, pa stavite u zagrijanu pećnicu da se zapeku (10 min), to jest da dobiju rumenu koricu.

subota

31

ožujak – mart

Rezanje purice

Za rezanje svakoga mesa potreban je dovoljno velik i oštar nož. Nabrusite ga prije rezanja, a po potrebi ponovo u polovici posla.

1. Postavite puricu pred sebe tako da su noge okrenute udesno. Dugačku vilicu za meso dobro zabijte kroz prsnu kost kako bi ptica čvrsto stajala. Kako se na purici osobito cijeni bijelo meso, najprije njega narežite. Ako ste puricu punili, uz to meso dajte i dio nadjeva.

2. Odrežite u jednomu cijelu nogu, to jest i batak i karabatak (zabatak). Zarežite oštro uz trup i lako ćete ih odvojiti odjednom. Onda je nožem malo odvojite kako biste otkrili zglob. Kroz njega prorežite jednim potezom.

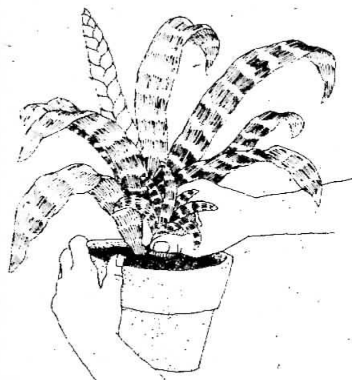
3. Odvojeno prihvatite slobodnu kost batka lijevom rukom, a desnom zarežite nožem između batka i karabatka ravno kroz zglob. Tako ćete lako odvojiti ta dva dijela.

4. Kako na purinom batku i karabatku ima prilično mesa, narežite ga na lijepe odreske i uz njih stavite i kosti na kojima ima još mesa, za one goste ili ukućane koji vole glodati.

5. Naposljetku odvojite i krila tako da zarežete oštrim nožem uz trup dovoljno duboko da presiječete zglob. Zatim još zarežite s leđne strane da biste odvojili krila, pa ih poslužite cijela.



Razmnažanje







Biljke se razmnažaju spolno i vegetativno, znači sjemenom ili reznicama. Drugi je način češći kod sobnih bilja-ka jer je jednostavniji i brže daje rezultate, što je važno prosječnim ljubiteljima bilja. Najjednostavnije je od matične biljke odvojiti mladu tako da je nagnete za 45 stupnjeva prema tlu, pa oprezno mičete amo-tamo dok se ne odvoji. Na crtežu 1 vidite vrieseju, koja kao i druge biljke iz porodice bromelija cvate samo jednom, a prekrasni cvjetni klas traje mjesecima. Istodobno se najčešće razvije i mala biljčica, koju možete odvojiti i presaditi.

Chlorophytum, klorofitum ili zeleni ljiljan okićen je tzv. dječicom spremnom za samostalan život. Dajte im samo novi dom (crtež 2) i dalje će se razvijati bez posebne njege.

Paprati razmnožavamo sporama, ali veliki busen pomalo otrcane biljke možete izvaditi iz lonca, pa oštrim nožem podijeliti, pazeći da svaki komad ima dobro razvijeno korijenje i nekoliko listova. Na taj način možete umnožiti i cijeli svoj mali vrt dijeleći sanseverije, ciperuse, afričke ljubice i havorcije. Tako se dijeli – rezanjem mesnatih, debelih rizoma –, i aspidistra, najotpornija sobna biljka.

Sa zdrave, jake biljke možete oštrim škarama ili nožem odrezati reznicu pa je staviti u vodu (puzavac će se brzo ukorijeniti) ili u zemlju. Na crtežu 3 vidite list gloksinije posađen u vlažni pijesak ili zemlju kako u plastičnoj vrećici (minijaturnom stakleniku) iz peteljke tjera cijelu novu biljčicu, radi koje smo se i upustili u tu pustolovinu.

Lijepo je dobiti rascvjetalu sobnu biljku, ali još je ljepše pratiti njen razvoj i rast od komadića korijena ili lista do odrasle biljke, koja cvate od naše brige i ljubavi.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

ŠTO VALJA ZNATI O NJEZI KOŽE

Liječnik dermatolog liječi kožu – kozmetičarka je njeguje. No, i sami se morate njegovati svaki dan, to mora postati dio higijenskih navika.

Koža je organ, najveći organ našeg tijela. To je zaštitni omotač koji regulira tjelesnu toplinu, čuva dragocjenu tjelesnu tekućinu. Obnavlja se od sebe, nepromočiva je i traje cijeloga života.

Koža lica je najizloženija vanjskim utjecajima: vjetru, kiši, suncu, hladnoći, vrućini i zagađenosti. Lice je osim toga i zrcalo unutrašnjega stanja: zdravlja ili bolesti, zamora, te ostalih činitelja kao što su prehrana, te vrsta i napor rada.

Za ispravnu njegu kože najprije valja poznavati tip kojemu pripada. Postoji osnovna podjela na suhu, masnu i mješovitu kožu, ali ovdje je i niz podvrsta unutar te podjele. Bez obzira na to kojemu tipu pripada vaša koža, ima nekih osnovnih pravila njege kojih se valja držati.

Prije svega njega mora biti redovita. Počinje čišćenjem lica, što uopće nije muka, nego trenutak opuštanja, zasluženog predaha, dakle užitak, ne samo obaveza. Taj posao obavljajte radosno, pa vam neće biti težak. Čišćenje je dio njege, a bez kojega nema lijepe kože lica. Osnova je higijene, tj. održavanja čistoće kože. Za čišćenje upotrijebite odgovarajući losion, mlijeko ili kremu.

Drugo, njega mora biti takva da stimulira krvotok. Treće: odaberite kozmetička sredstva što štite i hrane kožu, a odgovaraju njenom tipu. Svakidašnje pravilno čišćenje i nanošenje kreme na lice blagim kretnjama u smjeru muskulature lica ujedno je i mini-masaža što stimulira cirkulaciju krvi i ublažava bore.

Kod njege – osim o tipu kože – vodite računa i o godinama, zanimanju koje obavljate i o godišnjem dobu. Da biste se njegovali kako treba, posavjetujte se sa stručnjakom, tj. kozmetičarkom. Ona će proučiti stanje vaše kože i, ovisno o svim spomenutim okolnostima, odabrati prikladnu njegu. Kozmetičarka je prije svega savjetodavac, a kako poznaje kozmetičke proizvode, stručno će vas i prijateljski savjetovati.

Ursula Rašica, kozmetičarka

MALE OZLJEDE I OGREBOTINE

Kome se nije dogodilo da se ne posiječe ili ogrebe? Ako je rana zaprljana, ozljedu treba oprati vodom, a inače, ili nakon toga, lagano je očistiti alkoholom. Zapamtite: nikad ne upotrebljavajte jod, jer on uništava tkivo! Ne upotrebljavajte bilo kakve praške ili masti bez savjeta liječnika! Na ranu nikad ne stavljajte vatu! Prekrijte je čistom gazom, a zatim ozljedu nježno (nikad čvrsto) zavijte zavojem.

PADOVI

Skliski podovi i tepisi idealna su podloga za padove. Izbjegnite ih unaprijed! Kad kupujete tepihe, birajte one koji čvrsto prianjaju uz pod. U kupaonicu stavite prostirke s gumenim naličjem. Kad izlazite iz kade, nikad ne stajte na njen rub! Naime, imate 90 posto izgleda da padnete. Budite uvjereni, jednom ćete jamačno pasti!

Mokri podovi, rubovi kada, zida ili vrata mogu izazvati vrlo teške posjekotine!

dr Tonči Vuinac

nedjelja

1

travanj – april

---

ponedjeljak

2

travanj – april

Svici



1 Na ulju ispržite 2 nasjeckana luka, u ohlađeno dodajte naribanu kiselu jabuku, sol, papar, nasjeckani peršin i malo gorušice, te naribano tvrdokuhano jaje. Istucite odreske.



2 Posolite i popaprite odreske, premažite ih pripremljenim nadjevom i zavežite čvrstim koncem, uvaljajte u brašno i naglo propržite na ulju.



3 Podlijte juhom, dodajte narezane mrkvice i pirjajte sat do sat i pol. Provjerite treba li soli, a po ukusu možete preliti vrhnjem.

utorak

3

travanj – april

srijeda

4

travanj – april

Kolač od lješnjaka



PRIPREMITE: 8 jaja, 14 dag šećera, 14 dag lješnjaka, 7 dag mrvica, 10 dag mrvica, 2 dl tučenoga slatkog vrhnja, šaku oguljenih lješnjaka, mrvice i maslac ili margarin za lim.

Tucite 4 cijela jaja i 4 žutanjka sa šećerom, dodajte samljevene lješnjake i mrvice, a zatim postupno umiješajte snijeg od bjelanjaka. Ulijte u namašten i pobrašnjen lim, pa ispecite na srednje jakoj vatri u pećnici. Ohlađeno prorežite vodoravno, slijepite marmeladom i pokrijte tučenim slatkim vrhnjem.

četvrtak

5

travanj – april

petak

6

travanj – april

Podvarak sa suhim mesom

PRIPREMITE: 8 dag suhe slanine, 6 dag luka, 1 dag šećera, 75 dag kiselog kupusa, sol, vodu, 50 dag krumpira, 75 dag suhog mesa, 2,5 dl kiselog vrhna, ulje.
Na malo ulja propržite nasjeckanu slaninu, dodajte nasjeckani luk, pa ga ispržite. Dodajte šećer i miješajte da potamni, pa kiseli kupus. Pirjajte podlijevajući vodom da omekša. Posebno skuhajte suho meso, a posebno krumpir. U vatrostalnu posudu slažite u redove kiseli kupus, narezano suho meso, te oguljeni i na ploškice narezani krumpir. Na vrhu neka bude kiseli kupus. Zalijte vrhnjem i pecite u pećnici jedan sat.

subota

7

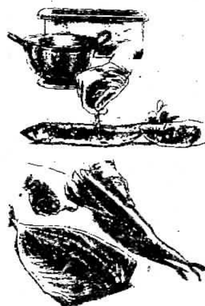
travanj – april

nedjelja

8

travanj – april

Pripremanje riba



Struganje ljuski: po mogućnosti navucite gumene rukavice da vam se riba ne skliže, pa lijevom uhvatite čvrsto ribu za rep, a desnom nožem stružite ljuske od repa prema glavi.

Čišćenje: po želji odrežite glavu, a zatim ribu prorežite po rubu trbuha oštrim nožem. Izvadite utrobu, a po želji i kralješnicu s rebrima – u tom slučaju ribu možete sasvim rastvoriti i tako pržiti.

ponedjeljak

9

travanj – april

utorak

10

travanj – april

Bubrezi na luku

PRIPREMITE: 50 dag svinjskih bubrega, 10 dag masti ili ulja, 10 dag luka, malo mažurana, sol, papar.

Bubrege valja vrlo oprezno očistiti (svakako im odstranite mokraćovode) pa ih onda potopiti u mlijeko ili zaoctenu vodu da stoje nekoliko sati i izgube neugodan miris. Zatim operite, posušite i narežite na komadiće. Na vrućoj masti popržite nasjeckani luk, dodajte bubrege i pržite ih 5–10 minuta. Češće ih okrećite. Pospite tad mažuranom i zalijte s malo vode, pa dalje pirjajte da sve omekša. Dolijevajte vodu ako opazite da je presuho. Posolite i popaprite prije posluživanja. Umjesto mažurana možete staviti peršunov list.

srijeda

11

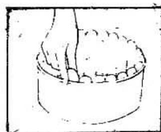
travanj – april

četvrtak

12

travanj – april

Šarlota s bademima



PRIPREMITE: kutiju piškota, za kremu – 15 dag maslaca, 4 žumanjka, 20 dag šećera, 20 dag badema, 5 dl slatkog vrhnja 3 dag šećera u prahu, malo mlijeka.

Piškote malo navlažite mlijekom, pa njima pokrijte dno i stranice okrugloga kalupa za tortu. Za kremu dugo miješajte mikserom ili drvenom kuhačom maslac, pa umiješajte jedan po jedan žutanjak, šećer i samljevene bademe. Polovicu slatkog vrhnja istucite pa dodajte kremi i njome ispunite šarlotu. Ako je ostalo piškota, poslažite ih u sredinu kolača. Stavite šarlotu na hladno da stoji do drugoga dana. Tad je ukrasite preostalim tučenim slatkim vrhnjem, kojemu ste dodali šećer u prahu.

petak

13

travanj – april

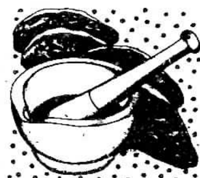
»SVIJET« broj 8

subota

14

travanj – april

Odrezak u papru



PRIPREMITE: 4 lijepa govedska odreska, 2 žličice bijeloga ili zelenog papra u zrnu (može i crni), sol, maslac ili ulje, te vino ili slatko vrhnje za umak.

Papar samo malo natucite, tek toliko da ne bude u zrnu, pa u nj uvaljajte posoljene odreske. Ispržite ih u dobro zagrijanom maslacu (ili ulju), pa u masnoću od prženja ulijte malo vina (za najfinije prilike šampanjca!) ili slatkog vrhna (dakako, nezašećerenoga). Želite li da papar ne bude sasvim čvrst, namočite ga dan prije u vino kojim ćete poslije zaliti masnoću da dobijete umak.

nedjelja

15

travanj – april

ponedjeljak

16

travanj – april

Jastučići sa sirom

PRIPREMITE: tijesto za rezance od 40 dag brašna, 2 jaja, soli i malo vode; nadjev – 50 dag svježeg sira, 15 dag maslaca ili margarina, 8 dag šećera, 2 žumanjka, 1 jaje, 5 dag grožđica, 0,5 dl vrhnja, sol; mrvice i maslac za prelijevanje.

Pjenasto umiješajte maslac, dodajte šećer i dalje dobro miješajte, dodajte jedan po jedan žutanjak i cijelo jaje. Sir protisnite ili dobro zgnječite vilicom, pa ga dodajte također smjesi, zatim još grožđice i vrhnje. Zamijesite tijesto, razvaljajte ga i na jednoj polovici označite kvadratiće. U sredinu svakoga stavite hrpicu nadjeva, oko nje namažite bjelankom, sve preklopite praznom polovicom tijesta i narežite kvadratiće. Pazite da rubovi budu dobro slijepljeni. Spustite ih u kipuću posoljenu vodu i kuhajte desetak minuta. Prelijte mrvicama isprženima na maslacu i odmah poslužite.

utorak

17

travanj – april

srijeda

18

travanj – april

Krumpir sa slaninom



PRIPREMITE: 50 dag krumpira, 10 dag suhe slanine s mesom, 1 žličicu masti, 2 velike glavice luka, 1 žličicu brašna, 1 žlicu gusto ukuhane rajčice, sol, papar, listić lovora, peršinovo lišće.

Na masti propržite slaninu narezanu na kockice, dodajte nasjeckani luk, pa kad dobije boju, pospite brašnom i načinite zapržak. Zalijte ga vodom, dodajte rajčice, oguljeni i na dugačke kriške narezeni krumpir, sol, papar i lovor. Skuhajte. Prije posluživanja dodajte nasjeckano peršinovo lišće.

četvrtak

19

travanj – april

petak

20

travanj – april

Pečenje peradi

Ovo su općenite upute, koje valja prilagoditi svakomu pojedinom komadu peradi, to jest vrijeme se produžuje ili skraćuje ovisno o tome koliko je ptica stara i velika.

KOKOŠ – teška otprilike 1,5 kg mora se peći 55–60 min u pećnici koja je najprije dobro zagrijana, zatim na srednje jakoj vatri, pa na sasvim slaboj. Stariju kokoš dobro je najprije malo prokuhati za juhu.

PILE – teško oko 80 dag valja peći 30–40 min na srednje jakoj vatri. Teško 1,20 kg pecite 45–50 min.

MLADA PURICA – teška 3,5 kg do 4 kg peče se 2 do 2,5 sata na srednje jakoj vatri.

MLADA PATKA – teška 1,5 kg peče se 2 do 2,5 sata na prilično jakoj vatri.

GUSKA – (manja) peče se na prilično jakoj vatri sat i pol.

subota

21

travanj – april

nedjelja

22

travanj – april

Žličnjaci od jaja



1. Prokuhajte 5 dl mlijeka sa štapićem vanilije. Istucite snijeg od 4 bjelanjka sa 1 žlicom šećera u prahu.



2. Skuhajte žličnjake od snijega u mlijeku (otprilike 2 min s jedne strane, a minutu s druge). Vadite ih i stavljajte u cjedilo, pa u zdjelu.



3. Istucite žutanjke sa 4 žlice šećera i 1 žlicom škrobnoga (ili glatkoga) brašna. Pomalo umiješajte toplo procijeđeno mlijeko, pa tucite na pari da dobijete gustu kremu i u nju stavite žličnjake.

ponedjeljak

23

travanj – april

utorak

24

travanj – april

Riba na blitvi



PRIPREMITE: 1 kg sitnije morske ribe, 50 dag blitve, sol, papar, 1 žlicu mrvica, 3–4 režnja češnjaka, 1 dl maslinova ulja.
Napola skuhajte očišćenu blitvu u posoljenoj vodi. Ribe dobro očistite, ocijedite, posolite i popaprite. Ocijeđenu blitvu popaprite i pomiješajte s nasjeckanim češnjakom. Stavite u nauljeni lim najprije blitvu, po njoj ribice (rastvorite ih da budu tanje), pospite mrvicama i zalijte uljem. Zapecite u pećnici da riba bude skroz pečena.

srijeda

25

travanj – april

četvrtak

26

travanj – april

Savijača od vrhnja

PRIPREMITE: 35 dag tijesta za savijaču, 15 dag maslaca ili margarina, 10 dag šećera, 4 jaja, 1/2 limuna, sol, 5 žemlji, 2,5 dl kiselog vrhnja, 6 dag grožđica, 3 dag maslaca ili margarina za mazanje tijesta, 2,5 dl mlijeka, maslac za mazanje lima, vanili-šećer za posipavanje, sol.

Pjenasto izmiješajte 15 dag maslaca, dodajte šećer i miješajte dalje da dobijete pjenastu smjesu, umiješajte žumanjke, sok i koricu od limuna, sasvim malo soli. Posebno namočite u vodu žemlje, pa ih iscijedite i protisnite. Dodajte ih u smjesu maslaca i jaja, dodajte još vrhnje i snijeg od bjelanjaka. Tijesto poškropite otopljenim maslacem, namažite nadjevom, odozgo pospite grožđice te savijte savijaču. Pecite je u namaštenom limu i u pola pečenja prelijte vrućim mlijekom, pa ispecite dokraja. Vruće pošećerite i odmah poslužite.

petak

27

travanj – april

»SVIJET« broj 9

subota

28

travanj – april

Čišćenje dlaka



Zapazili ste da je vaš ljubimac – pas ili mačka – ostavio mnogo dlaka po namještaju i sagovima? To se češće događa u proljeće i jesen, kad mijenjaju dlaku. Očistite namještaj i sagove usisavačem, no vjerojatno će ostati još dlakâ. Njih ćete morati počistiti ručno, i to uz pomoć navlažene spužve. U tom će vam poslu pomoći i drvena pločica s gumenim rubom, koja se inače koristi za pranje prozora.

nedjelja

29

travanj – april

ponedjeljak

30

travanj – april

Kruna od karea



PRIPREMITE: 1 janjeći kare, sol, papar; nadjev – 20 dag jetre, 2 tvrdokuhana jaja, 1 sirovo jaje, 2 glavice luka, ulje, 1/2 dl konjaka, sol, papar, nekoliko listića ružmarina i metvice, 10 dag suhoga kruha (bez korice), 1 dl mlijeka.

Kare mora imati dovoljno dugačke kosti kako bi između njih mogli zarezati meso. Savijte ga u krug i sašijte. Posolite, malo popaprite, nauljite meso i stavite ga peći, a vrhove kostiju (koji strše) zamotajte komadićima aluminijske folije. Nakon pola sata sredinu napunite nadjevom, za koji ste na isprženome nasjeckanom luku ispržili narezanu jetru. Ohlađenu sameljite, dodajte ostale sastojke. Pecite kare još pola sata. Prije posluživanja skinite s kostiju foliju i stavite ukras od narezanoga bijeloga papira.

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

Močvara u malomu



Prošlu smo godinu zapamtili po sušnomu i žarkom ljetu, što je bilo osobito teško ljudima u gradu. Kao ribe na suhome čeznuli su za vodom – bazenima, rijekama, toplicama. Vode, vode! Potrebna je voda za sve životne funkcije, ali je i izvor osobite ljepote, pa od davnina ljudi uređuju bazene, vodoskoke i umjetna jezerca. I na najmanjem balkonu možete uz malo spretnosti načiniti ukrasno jezerce... Premda riječ iz naslova podsjeća na nešto prljavo i na bolesti, močvara je zapravo bogata biljna i životinjska zajednica, pa vas želim naputiti kako da je načinite.

Na balkonu smjestite bačvicu koja ne propušta, a na terasi će se možda naći mjesta i za veću bačvu. U vrtu stara kupaonska kada može na sunčanome mjestu postati mali raj, jer oko vaše će se močvare ili močvarice skupljati leptiri i ptice. Da se ne pretvori u leglo komaraca, pobrinut će se ribice o uzgoju kojih će vas podučiti u trgovini gdje ćete ih nabaviti. I zbog njih i zbog biljaka, najbolja je kišnica, a u običnu je vodu dobro staviti čistoga treseta, što se prodaje u rasadnicima. Stavite treset u najlonske čarape i dobro ih zavežite, a tako dobivene vrećice opteretite krupnijim šljunkom da ostane na dnu. Tako treset neće mutiti vodu, a održavat će blago kiselu reakciju, koja odgovara vodenom bilju.

Na crtežu vidite najčešći izbor bilja: lopoč, ciperus i strelice. U trgovinama ribica možete kupiti i drugo vodeno bilje. Bačvicu prije sadnje dobro iznutra operite da se voda ne bi zarazila. Svaka biljka neka ostane u svome loncu, a ispod njega stavite preokrenute lonce ako je nužno da bi postigli pravu visinu. Mislite na to da će se biljke razvijati i širiti, pa nemojte pretrpati močvaru. Ali kako je svaka u svome loncu (nije posađena u samu bačvicu), lako ćete koji lonac s biljkom izvaditi nastane li gužva.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

POLJUBAC ŽIVOTA

Osnovni uvjet da umjetno disanje bude uspješno jest prohodnost dišnih putova, a postiže se zabacivanjem — najviše što je moguće — glave i podizanjem donje čeljusti, što izaziva pomak jezika od stražnje stijenke ždrijela. Budući da je glava zabačena unatrag, valja vidom, sluhom ili osjetom dodira odgovoriti na osnovno pitanje - diše li unesrećeni. Promatranjem se može uočiti nadimanje, širenje prsnog koša te podizanje i spuštanje trbušne stijenke. Stavljanjem obraza ispred usta i nosa žrtve spasilac može zvukom i dodirom osjetiti i najmanje strujanje zraka. Dovoljno je pet sekundi da bi se otkrila diše li unesrećena osoba. Ne diše li, valja odmah primijeniti umjetno disanje.

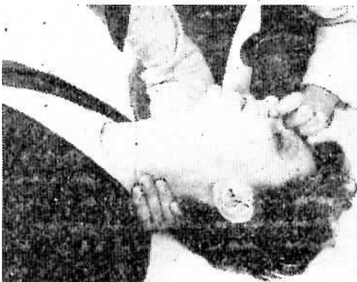
Pri davanju umjetnog disanja količina upuhanog zraka treba iznositi 800 ccm do 1 litre. Spasilac mora znati da njegov najveći obujam prilikom punog udisaja iznosi i do 5 litara zraka.

Sl. 1) Glava žrtve mora stalno biti zabačena unatrag. Ruka stavljena ispod vrata i dalje održava vratnu kralješnicu u savinutom položaju, a palcem i kažiprstom druge ruke stisnu se obje nosnice dok se istodobno izvodi pritisak na čelo.

Sl. 2) Spasilac duboko udahne, a ustima obuhvati i čvrsto priljubi usta žrtve, tako da sa strane onemogući izlazak zraka.

Sl. 3) Spasilac tad četiri puta snažno i kratko upuhne zrak u pluća unesrećenoga i nakon toga treba otkriti postoji li bilo na vratnoj arteriji. Ima li bila a disanja nema, nastavlja umjetno disanje u ritmu vlastitog disanja, a to znači da svakih pet sekundi upuhne zrak u pluća. Za unesrećenu osobu to znači 12 udisaja u jednoj minuti.

1



2



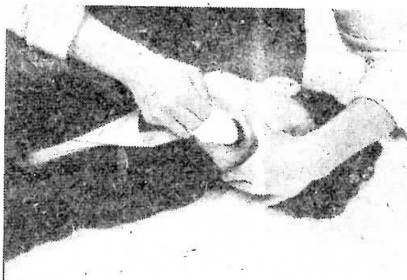
3



Sl. 4) Nakon upuhivanja, spasilac podigne i odmakne glavu te promatra spuštanje prsnog koša. Istodobno dopusti da se usta žrtve lagano otvore kako bi zrak mogao izići i kroz usta, jer meko nepce može zatvoriti unutrašnje nosne otvore i onemogućiti izlazak zraka.



4



5



6

Sl. 5) Ako se za umjetnog disanja u usnoj šupljini pojavi želučani sadržaj, unesrećenu osobu treba okrenuti na bok, usnu šupljinu očistiti prstom omotanim rupčićem i nastaviti reanimacijski postupak.

Sl. 6) Kod novorođenčeta i dojenčeta glava se ne smije najviše što je moguće zabaciti unatrag, nego samo djelomično. Razlog je visok položaj grkljana: ulaz u dušnik nalazi se u blizini unutrašnjih otvora nosa, što dojenčetu omogućuje da istodobno diše i guta (poznato je da i kod banalne upale nosa dojenče prestaje disati). Osim toga, dišni su putovi meki, nježni i vrlo gibljivi, pa bi suviše jako zabacivanje glave unatrag zatvorilo dišni put umjesto da ga otvori, kao kod odraslih.

Kod novorođenčeta i dojenčeta primjenjuje se metoda umjetnog disanja **usta na nos i usta,** što znači da spasilac ustima pokriva nos i usta djeteta. Pluća su dojenčeta mala i nježna i mogu primiti otprilike 30 do 40 ccm zraka, a kod novorođenčeta još manje. Za upuhivanje dovoljna je količina zraka koja se nalazi u usnoj šupljini spasitelja. Nipošto se ne smije koristiti zrak iz pluća, jer veća količina zraka, upuhnuta pod pritiskom, zacijelo bi prouzročila razdor pluća. Kod dojenčeta se jedan udisaj daje svake treće sekunde, tj. 20 udisaja u jednoj minuti.

dr Valent Vnuk

ELEKTRIČNI UDAR

Ako je osoba doživjela električni udar, odmah zovite hitnu pomoć! Smjesta primijenite umjetno disanje usta na usta (tehniku umjetnog disanja opisali smo posebno). Provjerite da li srce kuca normalno: ne osjetite li bilo na arteriji na vratu, odmah primijenite masažu srca (i nju smo opisali). Pripazite na disanje i nastavite s umjetnim disanjem.

utorak

1

svibanj – maj
Praznik rada

srijeda

2

svibanj – maj

Dvobojna krema

PRIPREMITE: za vanili-kremu – 5 dl mlijeka, 6 dag šećera, 3 žutanjka, 2 omota vanilin-šećera, 1 žličicu škrobnog brašna; za kremu od oraha – 25 dag samljevenih oraha, 25 dag šećera u prahu, 25 dag svježega maslaca, nekoliko keksa, malo mlijeka, čokoladne mrvice za posipavanje.

Za vanili-kremu tucite žutanjke sa šećerom da dobijete glatku smjesu. U nju umiještajte škrobno brašno i mlijeko te skuhajte kremu na pari. Dok se hladi, miješajte maslac sa šećerom u prahu da dobijete sasvim glatku smjesu, pa dodajte orahe (prije polivene s malo kipućeg mlijeka). Na dno zdjele stavite nekoliko keksa i malo ih navlažite mlijekom. U redove stavljajte sasvim ohlađenu vanili-kremu i kremu od oraha. Pospite čokoladnim mrvicama.

četvrtak

3

svibanj – maj

petak

4

svibanj – maj

Zalivena zeljanica

PRIPREMITE: 50 dag tijesta (kora) za savijaču, 1 kg špinata ili blitve, 2 dl jogurta, 1 dl vrhnja, 1,5 dl mlijeka, 3 žlice maslaca; kiselo mlijeko za prilog, sol, papar.

Nasjeckajte što sitnije špinat, prelijte vrhnjem i jogurtom, posolite i popaprite. Dodajte umućena jaja. Lim namažite maslacem, stavite cijelu koru da visi sa strane i poškropite je otopljenim maslacem. Pokrijte slojem nadjeva, preklopite dijelove kore koji su visjeli preko nadjeva, stavite sloj nadjeva, pa novu koru da visi. Ponavljajte postupak. Na vrhu neka bude 1 tanka kora. Zamastite i pecite na tihoj vatri. Pita je pečena kad lijepo porumeni. Stavite da zakipi mlijeko sa žlicom maslaca i time prelijte pitu čim je izvadite iz pećnice. Uz jelo poslužite kiselo mlijeko.

subota

5

svibanj – maj

nedjelja

6

svibanj – maj

Piletina s rezancima

PRIPREMITE: 1 manje pile, 2 glavice luka, sol, 1 žličicu mljevene crvene paprike (ljute), 3 žlice ukuhane rajčice, 2 dl vrhnja, 1 žlicu glatkog brašna, 50 dag širokih rezanaca, mast ili ulje.

Na masti ispržite nasjeckani luk. U međuvremenu pile narežite na manje komade i dobro ih operite. Na luk dodajte mljevenu papriku i malo je propržite miješajući, dodajte piletinu pa i nju malo propržite, onda zalijte vodom i rajčicama. Posolite. Pirjajte jedan sat. Skuhajte rezance, operite ih i malo podgrijte na masti. U vrhnju razmutite brašno, to dolijte u piletinu i pustite da još malo vrije. Poslužite piletinu s umakom prelivenim preko rezanaca.

ponedjeljak

7

svibanj – maj

utorak

8

svibanj – maj

Šparoge Mornay

PRIPREMITE: 50 dag šparoga, sol; za umak Mornay – 5 dag maslaca, 1 žlicu brašna, sol, bijeli papar, malo muškatnog oraščića, 2-3 žlice naribanog sira grojera ili parmezana.

Šparoge očistite, ogulite i operite. Spustite ih u kipuću slanu vodu i kuhajte dvadesetak minuta. U međuvremenu na vrlo slaboj vatri otopite prvorazredni maslac. ne smije nimalo potamnjeti, samo se otopiti. Dodajte brašno, sol, papar i muškatni oraščić. Polako miješajte. Brašno mora ostati bijelo, a onda, gotovo kap po kap, dolijevajte kipuću vodu (u kojoj su se skuhale šparoge) da dobijete željenu gustoću umaka. Umiješajte još i sir, pa time prelijte šparoge.

srijeda

9

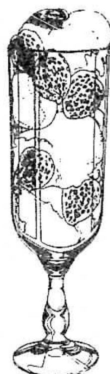
svibanj – maj

četvrtak

10

svibanj – maj

Kup s jagodama



PRIPREMITE: 25 dag jagoda, 3 dl sladoleda od vanilije ili od jagoda, 3 žlice džema ili pekmeza od jagoda.

Jagode operite, očistite i pustite da se sasvim ocijede. U ohlađene čaše stavljajte naizmjenično sladoled i voće, prelijte džemom, ukrasite jagodom i odmah poslužite.

petak

11

svibanj – maj

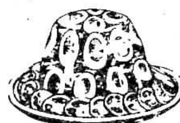
»SVIJET« broj 10

subota

12

svibanj – maj

Piletina u hladetini



PRIPREMITE: 3 svinjske nožice, 25 dag svinjskih kožica, 1/2 pileta (možete iskoristiti ostatke pečene ili kuhane peradi), 4 dag korijena celera, 8 dag korijena peršuna, 8 dag mrkve, 4 dag luka, sol, papar u zrnu, 1 lovorov list, 4 jaja, ocat.

Nožice rasijecite po sredini. Kuhajte ih s piletom (ako je sirovo) u zaoctenoj vodi kojoj ste dodali korijenje sol i papar, lovor i luk. Pažljivo procijedite juhu i držite je na toplomu. Meso oslobodite od kosti, narežite i pomiješajte ga s narezanom mrkvom. Kalup dobro rashladite, poslažite na dno i sa strane jaja, unutrašnjost ispunite mesom, zalijte juhom i zamrznite.

nedjelja

13

svibanj – maj

ponedjeljak

14

svibanj – maj

Janjetina s ružmarinom



PRIPREMITE: ostatke pečene jajnjetine, 10 dag masti, 1 žlicu brašna, grančicu svježeg ružmarina ili žličicu suhoga (stucanoga), 2 dl juhe, sol, papar, 5-6 režnjeva češnjaka.

Skinite s kosti janjetinu, pa kosti prokuhajte u vodi i u njoj otopite kocku juhe. Na pladanj poslažite ljepše komade mesa, a lošije sameljite. Načinite zapržak od masti (najprije bacite na nju ružmarin, onda brašno), zalijte juhom, dodajte usitnjeni češnjak, sol i papar. Dobro prokuhajte, dodajte samljeveno meso i pustite da još jednom provri. Prelijte preko narezane janjetine i odmah poslužite.

utorak

15

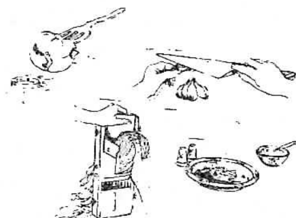
svibanj – maj

srijeda

16

svibanj – maj

Istarska mlada maneštra



1 Dvije rajčice (8 dag ukupno) držite nad plamenikom i ogulite. Meso narežite i dodajte vodi u koju ste već stavili 25 dag mladoga graha i 25 dag mladoga krumpira (oguljenoga i narezanoga na kockice).

2 Nasjeckajte 2 dag češnjaka s 10 dag suhe slanine i 2 dag celerova lišća da dobijete »pešt« koji dodajete juhi zajedno s 7 dag očišćene i na kockice narezane mrkve.

3 Naribajte 15 dag svježega kupusa, dodajte juhi, posolite je i popaprite. Kuhajte otprilike sat vremena.

4 Tada dolijte 1/2 dl vinskoga octa (pazite da nije prejak!) i još malo prokuhajte začinjeno.

četvrtak

17

svibanj – maj

petak

18

svibanj – maj

Sjajno staklo



Unatoč pažljivom pranju neki predmeti od stakla i kristala mogu s vremenom postati mutni. Osobito je nezgodno prati boce uskoga grla i uske, duboke čaše. Sve te staklene i kristalne predmete napunite talogom od crne kave te ga zalijete zaoctenom vodom. Pustite da to stoji povremeno protresajte, a onda pažljivo isperite u nekoliko voda. Važno je pustiti da se čaše ocijede, a onda obrišite sasvim suhom krpom.

subota

19

svibanj – maj

nedjelja

20

svibanj – maj

Torta s jagodama



PRIPREMITE: tijesto – 14 dag maslaca ili margarina, 14 dag brašna, 7 dag badema, 1 žumanjak, malo limunove korice; preljev – 10 dag jagoda (očišćenih), 10 dag šećera, sok od pola limuna, 1 žlicu škrobnog brašna; 1/2 l očišćenih jagoda.

Za tijesto smrvite maslac s brašnom da se potpuno spoje, dodajte žutanjak, bademe i limunovu koricu. Neka stoji na hladnom pola sata. Za to vrijeme skuhajte za preljev jagode sa 2,5 dl vode, šećerom i limunovim sokom, umiješajte škrobno brašno. Tijesto razvaljajte, prekrijte njime dno i stranice kalupa, pa ispecite. U hladno stavite jagode i prelijte preljevom.

ponedjeljak

21

svibanj – maj

utorak

22

svibanj – maj

Jetra na kiselo

PRIPREMITE: 1 kg teleće jetre, 15 dag masti ili ulja 15 dag luka, malo mažurana ili peršunova lišća, sol, papar, malo juhe i malo octa.

Jetra operite, posušite i narežite na komadiće. Luk očistite i narežite na listiće, pa ispržite na masti. Dodajte jetra i pržite 5-10 min, češće okrećite. Dodajte mažuran i zalijete juhom i octom. Maknite s vatre, posolite i popaprite. Odmah poslužite.

srijeda

23

svibanj – maj

četvrtak

24

svibanj – maj

Grašak na francuski način



PRIPREMITE: 50 dag očišćenoga graška, malo maslaca, 2 male glavice luka, 2 sasvim mlade glavice zelene salate, sol, papar, zeleni peršun, listić lovora.

Na maslac stavite nasjeckani luk, nasjeckanu salatu i grašak, posolite, popaprite i dodatje lovor, te nasjeckani zeleni peršun. Pirjajte dolijevajući samo malo vode. Omekšano maknite s vatre izvadite lovor i dodatje svježega maslaca.

petak

25

svibanj – maj

»SVIJET« broj 11

subota

26

svibanj – maj

Zapečene šparoge

PRIPREMITE: 1 kg šparoga; za bešamel – umak – 5 dag maslaca ili margarina, 8 dag brašna, 3 dl mlijeka, 1 žumanjak, malo limunovog soka, sol, ribanog parmezana; maslac ili margarin i mrvice za posudu.

Očišćene šparoge narežite na komade dugačke 2-3 cm i skuhajte u zakiseljeno slanoj vodi. Posebno zagrijte maslac za bešamel-umak i dodajte brašno prije no što maslac potamni. Miješajte da zapržak ostane sasvim svijetao. Zalijte mlijekom, posolite, popaprite, dodajte žutanjak, i dalje miješajte da se umak zgusne. Ako je pregust, dodajte malo vode. Zakiselite ga s malo limunova soka, te umiješajte malo parmezana. Vatrostalnu posudu namastite i pospite mrvicama. U nju stavite šparoge, zalijte bešamelom, pospite parmezanom i zapecite u zagrijanoj pećnici da porumeni.

nedjelja

27

svibanj – maj

ponedjeljak

28

svibanj – maj

Jastučići s trešnjama



PRIPREMITE: 15 dag maslaca ili margarina, 6 dag šećera, 3 jaja, malo soli, 30 dag brašna, 1, 5-2 dl mlijeka, 3 dag kvasca, 15 dag trešanja, 14 dag šećera u prahu.

Kvasac razmrvite u malo mlakog mlijeka, dodajte savim malo šećera i brašna, pustite da uziđe. Smrvite maslac sa šećerom dodajte žutanjke, malo soli, kvas, brašno i mlijeko. Tucite, ostavite tijesto da uziđe. Razvaljajte ga izrežite okrugle oblike, utisnite u sredini pa ispecite. Onda u svaku udubinu stavite trešnju i pokrijte snijegom od bjelanjaka (samo od 2) kojemu ste dodali šećer u prahu, pa stavite opet u pećnicu i zapecite.

utorak

29

svibanj – maj

srijeda

30

svibanj – maj

Turski rižoto

PRIPREMITE: 50 dag janjetine, 2 glavice luka, 3 režnja češnjaka, 30 dag očišćenog graška, šalicu riže, sol, papar, malo maslinova ulja.

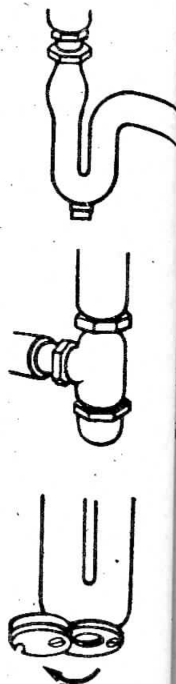
Na što manje ulja ispržite luk, dodajte janjetinu (skupa s masnoćom) narezanu na kockice. Propržite, dodajte grašak i polako pirjajte. Posebno skuhajte rižu u posoljenoj vodi sa nasjeckanim češnjakom, pa je dodajte u omekšano meso. Dobro promiješajte i još malo pirjajte da riža ostane čitava a da jelo ne bude prevlažno. Nije li jelo dovoljno masno (ovisno o janjetini), dodajte još malo ulja prije posluživanja.

četvrtak

31

svibanj – maj

Začepljeni umivaonik



Umivaonici i kuhinjski izljevi često se začepe, ali ne morate zbog toga odmah zvati vodoinstalatera jer to možete vrlo jednostavno popraviti sami. Dakako, popraviti treba odmah, čim voda počne polaganije protjecati. Nemojte čekati da se izljev sasvim začepi te da nakupljena prljavština očvrsne, okameni se.

Najjednostavnije je izljev otčepiti uz pomoć gumene polulopte na štapu. Prislonite je na otvor i pritisnete, da se rub polulopte priljubi, a zatim odignite da stupac zraka pomakne zapreku što ne propušta vodu.

Obična žica, koju ste na kraju savili u obliku udice, može vam pomoći da u odvodnoj cijevi uhvatite nakupinu što zaustavlja vodu.

Najsigurnije je odvodnu cijev otvoriti na tzv. koljenu, što nije teško jer donji je dio samo pričvršćen zavojem. No, prije popravka ispod koljena cijevi stavite veću posudu u koju će pasti prljavština kad otvorite cijev. Debljom žicom prođite odozgo kroz dobiveni otvor, pa još pustite i mlaz vode da ispere sve nakupine prljavštine. Zatim koljeno ponovno zatvorite.

Prozori, naša zrcala

Naši gradovi, hladni od betona, često samo obješenim rubljem otkrivaju da su nekome dom. Nova naselja, kamo se stanari tek useljavaju, doimaju se najtužinije jer raslinje oko zgrada tek se sadi, a stanari kao da najmanje vremena imaju za uređenje balkona, lođa i prozora. No, mnogi uspješno cvijećem uspijevaju udahnuti dušu i najtmurnijim zdanjima.

U svibnju više nema opasnosti od proljetnih mrazova, pa uljepšajte svoj pogled u svijet. Dobro pregledajte prozorske daske i rubove balkona, proširite ih i osigurajte ogradicama. Jer, padne li i najmanji lončić, može izazvati velike nevolje. Lonci i sandučići s cvijećem ne smiju vam smetati ni ometati pri otvaranju prozora. Pametni su arhitekti u nekim zgradama predvidjeli betonske posude u koje valja samo staviti sloj za drenažu, zemlju i posaditi cvijeće.

Najlakše ćete kupiti sandučiće od salonita, stiropora ili nekoga drugog sintetskog materijala, iako su za cvijeće najbolji i najljepši drveni, zemljani, keramički, no njih je teže nabaviti i skuplji su. Svi sandučići, moraju imati rupice za drenažu (kroz koje će otjecati suvišak vode), no kod zalijevanja vodite računa da ne obradujete susjeda ispod sebe neugodnom kišicom. Ispod lonaca i sandučića stavite stoga plitke tanjure ili posude. Još je bolje u velike sanduke bez rupa poslagati manje lonce sa cvijećem. To je i praktično, jer uvijek možete izvaditi ocvalu biljku s loncem, a ostaviti drugu. Spretnije je i za rukovanje od teškoga sanduka punog zemlje i cvijeća.

Svake godine stavite svježu, kvalitetnu zemlju, no kako bilje raste iz male količine zemlje, redovito je prihranjujte. Svakoga tjedna **točno po uputama** (nipošto ne više!) dodajte vodi za zalijevanje tekuće gnojivo.

Izbor je cvijeća velik, a najčešće se sade ljetnice (petunije, kadifice, lobelije, begonije, ageratum, salvije i druge), koje cvatu duboko u jesen. Omiljene su i pelargonije, osobito viseće, no odgovaraju samo ljudima koji imaju kamo skloniti bilje zimi. Preskupo bi bilo kupovati svake godine nove pelargonije.



Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

MALA KUĆNA APOTEKA

Da se lijekovi ne bi držali na mjestima na kojima su lako pristupačni djeci, trebalo bi nabaviti ormarić prve pomoći gdje su god u kući djeca. Takav ormarić mora visjeti na zidu da ga djeca ne mogu lako dohvatiti. Najbolje je da ormarić bude zaključan, a ključ da drže roditelji. Ormarić prve pomoći mora sadržati samo one lijekove i pribor što su zaista potrebni za prvu pomoć.

U njega se ne bi smjeli spremati nepotrošeni ili neupotrijebljeni lijekovi koji ostaju nakon neke bolesti. Nepotrošene lijekove najbolje je bacati, jer mnogi zastare. Lijek što izgubi boju ili ima talog na dnu ne smije se nipošto upotrebljavati.

Ormarić prve pomoći uglavnom sadrži ovaj pribor za lijekove:

4 mala prva zavoja tipa I – za previjanje prsta

1 zavoj tipa II

1 zavoj tipa III

2 koliko-zavoja s utkanim rubom (8×5 cm)

2 sterilne gaze 1/4 m

5 sterilnih kompresa (20×20)

5 flastera »hansaplast« (10×8)

2 flastera »vitraplast« 1/1 ili jedan veći

1 trouglasti rubac

10 igala sigurnica

1 škare

1 bočica 2-postotnog rastvora desola ili alkohola

1 tuba sterilnog bor-vazelina (20 g)

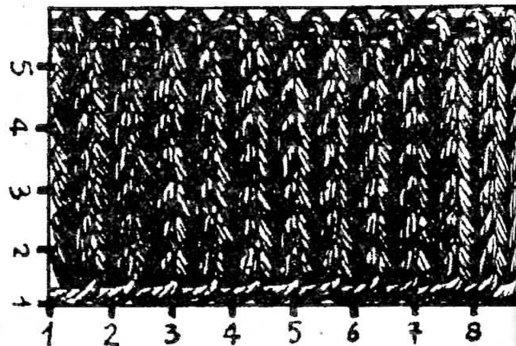
2 toplomjera

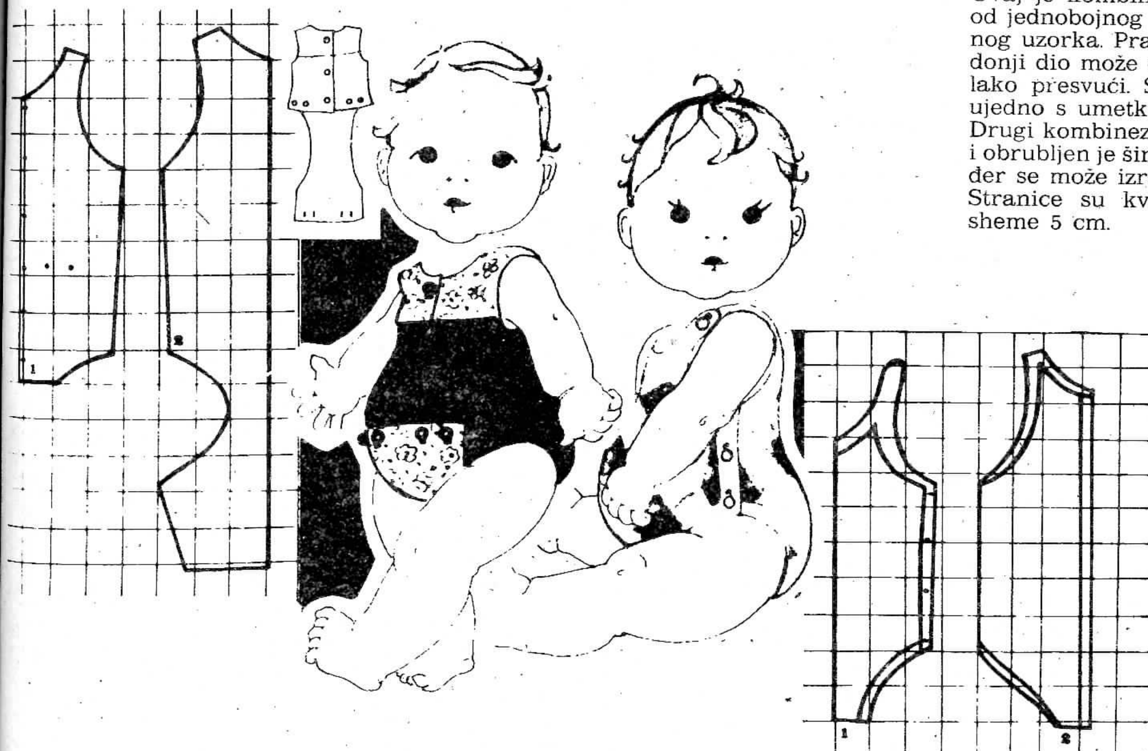
U ormariću se još mogu držati tablete protiv bolova (najbolje andol ili acisal), burov za obloge, tablete protiv povraćanja (za one kojima škodi putovanje), vitamini i eventualno antibiotska mast ili sprej. U apoteku ide i kutija sa saharinom u slučaju proljeva, kad je potrebna dijeta čajem bez šećera.

Ormarć prve pomoći treba držati na suhomu i hladnomu mjestu, pa se ne preporučuje da bude u kupaonici.

Pokusni uzorak

● Prije pletenja izradite pokusni uzorak, na primjer 20 do 30 očica u visinu i 2-3 cm u širinu, skinite taj uzorak s igala i prema kroju utvrdite potreban broj očica koji treba nanizati.





Od frotira. . .

Ovaj je kombinezon za dijete krojen od jednobojnog frotira i frotira cvjetnog uzorka. Praktičan je stoga što se donji dio može otkopčati i tako dijete lako presvući. Stražnji je dio krojen ujedno s umetkom koji se kopča. Drugi kombinezon kopča se sa strane i obrubljen je širokim obrubima. Također se može izraditi od dvije tkanine. Stranice su kvadratića obje krojne sheme 5 cm.

KUPNJA RABLJENOG AUTOMOBILA

Kako ćete se osigurati pri kupnji rabljenog automobila da dobijete pravu vrijednost za postignutu cijenu? Kad kupujete takav automobil, dobro je sa sobom povesti nekog prijatelja koji se razumije u to, a još bolje nekog auto-mehaničara u kojega imate povjerenje. Traži od vas nadoknadu za izgubljeno vrijeme? I to vam se više isplati nego da skupo platite vozilo koje će ubrzo početi otkrivati svoje slabosti. Ako se ipak odlučite da kupujete sami, podsjećamo vas uz ovaj crtež na što valja pripaziti dok pregledavate automobil.

NA ŠTO TREBA PAZITI

1 **Rupice ili pravilne ogrebotine na krovu** mogu značiti da je automobil služio u auto-školi ili bi u nekoj drugoj službi u kojoj je koješta iskusio, što će se uskoro osvetiti.

2 **Pogledajte gumu uza stakla,** koja može biti u lošem stanju. Vidite li da je cijeli rub svježe obojen, vrlo je vjerojatno da se time željelo prikriti nedostatke koji mogu prouzročiti prodiranje vode u automobil.

3 **Gume** Dobro pregledajte odgovaraju li gume tom tipu automobila, jesu li veoma istrošene (ćelave), te imaju li kotači sve zavrtnje i kapu.

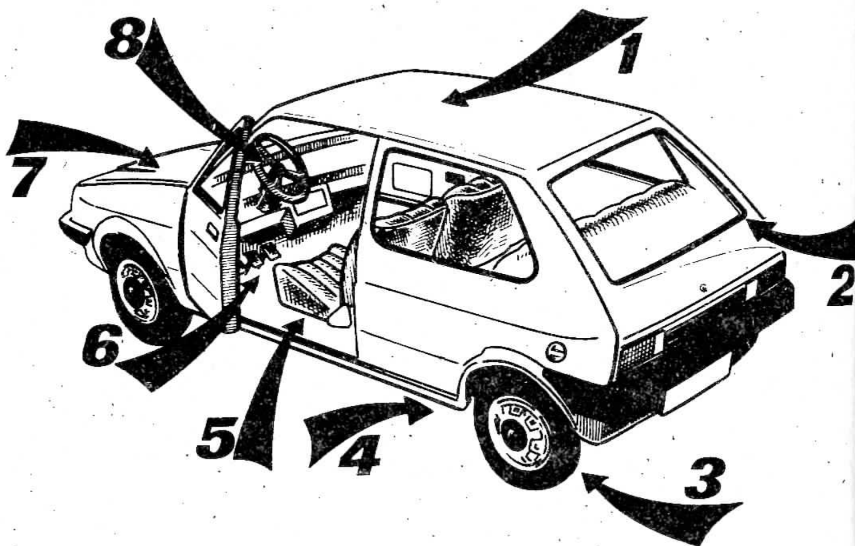
4 Provjerite blatobrane, jesu li čvrsti iznutra i izvana, nemaju li neka oštećenja koja su za prodaju nesolidno popravljena ili čak prikrivena.

5 U kakvom su stanju sjedala, mogu li se pomicati naprijed-natrag, ne pomiču li se sama od sebe u vožnji? To može biti opasno.

6 Pokazuje li brojač da je automobil prošao malo a istrošene su papučice kvačila i gasa, to je znak da je brojač podešavan i da je vozilo trošeno mnogo više no što se želi priznati.

7 Provezite se i provjerite koliko se zagrijava motor. Ako izbacuje poprilično dima, znači da je istrošen.

8 Provjerite da li se kotači okreću u skladu s vašim okretanjem upravljača.



petak

1

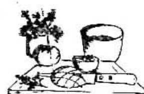
lipanj – juni

subota

2

lipanj – juni

Jastučići s jajima



1 Nasjeckajte 2 rajčice, dodajte žlicu nasjeckanog peršuna, sol, papar, 2-3 žlice naribanog sira, pa pomiješajte s malo ulja da dobijete gustu smjesu.



2 Razvaljajte lisnato tijesto, oko tanjurića izrežite krugove, da ih bude 8.



3 Na 4 kruga stavite prepolovljeno tvrdokuhano jaje, premažite ga nadjevom, pa prekrijte drugim krugom tijesta i slijepite. Ispecite i odmah poslužite.

nedjelja

3

lipanj – juni

ponedjeljak

4

lipanj – juni

Pile s umakom

PRIPREMITE: 1 pile, sol, ulje, ružmarin, papar; za umak – 3 dag maslaca ili margarina, 1 dl juhe (može iz kocke), 1 žlicu brašna, ružmarin, 1 cl bijeloga vina, 1 žličicu gorušice, sol, papar, 1 žličicu vinskog octa, 1 žličicu gusto ukuhane rajčice, 1 glavicu luka.

Pile očistite, posolite i popaprite iznutra i izvana, u unutrašnjost mu stavite ružmarin, nauljite ga i ispecite. Za umak na maslacu zažutite sitno nasjeckani luk; poprašite brašnom, zalijte juhom i vinom, posolite, popaprite, dodajte ružmarin. Neka kuha 15 min, onda dodajte gorušicu, rajčicu i vinski ocat po ukusu. Neka još malo kuha. Umak poslužite uz pile, a u njemu možete drugoga dana podgrijati ostatke piletine.

utorak

5

lipanj – juni

srijeda

6

lipanj – juni

Omlet sa špinatom

PRIPREMITE: 1 kg špinata, 2,5 dag krumpira, 3 jaja, 12 dag brašna, 1,5 dl mlijeka, sol, papar, 1 režanj češnjaka, ulje.

Špinat i krumpir skuhajte (svako za sebe) u slanoj vodi te protisnite. Mikserom izmiješajte špinat, krumpir i žutanjke, dodajte brašno, sol, papar, zgnječeni češnjak, pa mlijeko, a po potrebi i malo vode. Oprezno umiješajte snijeg od bjelanjaka. U tavici jako zagrijte ulje i ulijevajte po malo smjese. Pecite omlete s jedne i druge strane, pa pospite nasjeckanom šunkom i preklopite. Dobri su i prazni.

četvrtak

7

lipanj – juni

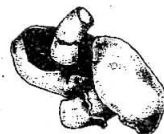
petak

8

lipanj – juni

»SVIJET« broj 12

Riža s gljivama



PRIPREMITE: 50 dag riže, 5 dag luka, 10 dag masti, sol, papar, 25 dag gljiva, malo mažurana, vezicu zelenog peršuna.

Na masti ispržite nasjeckani luk, pospite ga mažuranom, pa dodajte očišćene i na listiće narezane gljive. Ispirjajte i njih. Izmjerite šalicama rižu, pa na svaku šalicu računajte 2 žlice vode. Posolite, popaprite i pirjajte na slaboj vatri da riža omekša, ali ne smije se raskuhati. Prije posluživanja umiješajte nasjeckani zeleni peršun.

subota

9

lipanj – juni

nedjelja

10

lipanj – juni

Kuglice od riba

PRIPREMITE: 30 dag čistoga mesa od riba, 2 žemlje, malo maslaca ili margarina, 1 jaje, sol, papar, vezicu zelenog peršuna, 1 režanj češnjaka, različito povrće, maslinovo ulje.

U mikseru izmiješajte riblje meso s namočenim i iscijeđenim žemljama, dodajte otopljeni maslac, jaje, sol, papar, te usitnjeni češnjak. Masa mora biti lijepo gusta, u premekanu dodajte malo brašna, u pretvrdu malo vrhnja. Na kraju umiješajte nasjeckani peršun, pa oblikujte kuglice i skuhajte ih u kipućoj slanoj vodi. Uz to poslužite kuhano različito povrće, pa sve zamastite maslinovim uljem.

ponedjeljak

11

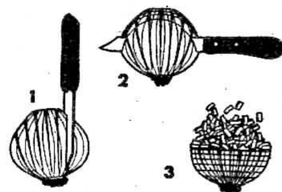
lipanj – juni

utorak

12

lipanj – juni

Sjeckanje luka



Nije neizbježno da plačete režući luk! Dakako problema nemaju osobe koje nose kontaktne leće umjesto naočala. Ali dok režete luk pomaže i to da žvačete grančicu peršuna, da luk gulite pod mlazom vode, da se ne naginjete (i tako približavate luku), te da sjeckate luk uz otvoren prozor ili pokraj posude iz koje se pari. Najbolje je imati zatvorenu sjeckalicu. Nemate li je, možete uredno nasjeckati luk na lijepe komadiće i ako se držite sustava koji prikazuju crteži: polovicu luka najprije narežite okomito na korijen, zatim vodoravno (usporedno sa stolom) i naposljetku na kockice.

srijeda

13

lipanj – juni

četvrtak

14

lipanj – juni

Kolač od krupice i trešanja

PRIPREMITE: 10 dag krupice (griza), 4 jaja, 20 dag šećera (može i više ako su trešnje kiselkaste), 10 dag badema, 1/2 limuna, maslac i brašno za kalup, 75 dag trešanja, šećer u prahu za posipavanje.

Miješajte šećer sa žutanjcima da dobijete gustu, pjenastu smjesu. Dodajte joj samljevene bademe, koricu i sok od limuna, čvrsti snijeg od bjelanjaka i krupicu. Lim namažite margarinom, pospite brašnom, pa ulijte tijesto. Rasporedite po njemu očišćene trešnje. Stavite u zagrijanu pećnicu i pecite na umjerenoj vatri. Poslužite kolač još mlak, posut šećerom u prahu.

petak

15

lipanj – juni

subota

16

lipanj – juni

Provansalski lonac

PRIPREMITE: 1 kg čiste govedine, 15 dag suhe slanine, 2 vezice peršunova lišća, 3 režnja češnjaka, 2,5 dl bijelog vina, 1 dl konjaka, 2,5 dl ulja (miješano obično i maslinovo), sol, papar, kožice od suhe slanine, 2 mrkve, 1 veliku glavicu luka, 20 dag gljiva, 20 dag rajčica, crnih maslina po ukusu, lovor, majčinu dušicu, juhu, sol, papar.

Meso narežite na kocke i nabodite ih rezancima suhe slanine koje ste uvaljali u mješavinu nasjeckanog peršuna i češnjaka. Zalijte vinom, konjakom i uljem, posolite, popaprite i ostavite da stoji nekoliko sati. Obložite ekspres-lonac ostatkom suhe slanine i kožicom, stavite mrkve narezane na kolute, pa slažite redove mesa, redove sirovoga narezanog luka, narezanih gljiva i rajčica, te maslina bez koštica. Dodajte nasjeckane začinske biljke, zalijte marinadom i juhom, posolite, popaprite i polako kuhajte 2 sata.

nedjelja

17

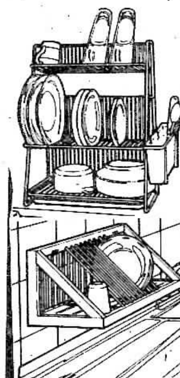
lipanj – juni

ponedjeljak

18

lipanj – juni

Sušite suđe!



Suđe oprano današnjim deterdžentima nije potrebno osobito pažljivo brisati, dovoljno ga je pustiti da se dobro ocijedi i osuši. Za to su najzgodnije cjedilice. Možete ih i sami lako načiniti od drveta, ali prelakirajte ih da se lako peru. Stavite takvu iznad sudopera ili neka ispod bude poslužavnik, na koji će kapati voda.

utorak

19

lipanj – juni

srijeda

20

lipanj – juni

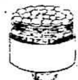
Dalmatinski složenac od krumpira



1. Ogulite 50 dag krumpira i narežite ga na što tanje listiće.



2. Slažite krumpir u redove. Svaki red posolite, popaprite i pokrijte redom narezanih rajčica. Njih pospite češnjakom, peršunom i mrvicama. Na vrhu neka budu krumpiri. Zalijte uljem.



3. Pecite na srednje jakoj vatri u pećnici sat do sat i pol, a možete zalijevati s malo vode. Pripremate li u kalupe od torte, poslužite kao tortu, u protivnom, načinite u vatrostalnoj posudi.

četvrtak

21

lipanj – juni

petak

22

lipanj – juni

»SVIJET« broj 13

Jetra s mladim lukom

PRIPREMITE: 4 tanka odreska teleće ili svinjske jetre, 12 mladih lukova, 5 dag suhe slanine, ulje, 1 dl suhoga bijelog vina, sol, papar, zeleni peršin, mladi krumpir, maslac.

Na ulju propržite nasjeckanu suhu slaninu, pa naglo ispržite jetra s obje strane. Jetra izvadite, a na slaninu stavite narezani mladi luk, zalijte vinom i kuhajte 5 minuta. Vratite jetru u umak i kuhajte još desetak minuta. Posebno skuhajte mladi krumpir. Prije posluživanja posolite i popaprite jetru. Na pladanj stavite s jedne strane mlade krumpire (začinite ih maslacem i pospite zelenim peršunom), a na drugu jetru. Odmah poslužite.

subota

23

lipanj – juni

nedjelja

24

lipanj – juni

Višnjevača



PRIPREMITE: 40 dag tijesta za savijaču (kore), 50 dag višanja, malo šećera, malo mrvica; za preljev – 50 dag šećera, dva omota vanilin-šećera; maslac.

Svaku koru zamastite otopljenim maslacem, preostalim namastite lim. Po korama rasporedite višnje (bez peteljki, ali s košticama), pospite mrvicama i s malo šećera. Savijte, preselite u lim, odozgo malo zamastite i ispecite. Skuhajte preljev od šećera i iste količine vode, pa time zalijte ispečenu višnjevaču i ostavite da se upije.

ponedjeljak

25

lipanj – juni

utorak

26

lipanj – juni

Artičoke s remuladom

PRIPREMITE: 6–8 lijepih, mladih artičoka, sol, 3 žlice nasjeckanih svježih začinskih biljki (kiselice, peršina, kozalca), 1 žutanjak, krišku kruha, malo mlijeka, 2–3 žlice maslinovog ulja, sol, papar, 1 limun, nekoliko kapi vina.

Artičoke očistite, poslažite u lonac da stoje uspravno, prelijte kipućom slanom vodom i skuhajte. Za umak mikserom miješajte začinske biljke sa žutanjkom, dodajte kruh namočen u mlijeko i iscijeđen, pa pomalo ulijevajte ulje kao za majonezu. Posolite, popaprite, zakiselite limunovim sokom, dodajte vino. Artičoke poslužite cijele, svatko trga listić po listić, umače u umak i stavlja u usta da zubima ostruže jestivi dio. Na kraju se pojede ukusno srce artičoke.

srijeda

27

lipanj – juni

četvrtak

28

lipanj – juni

Varenac sa crnim ribizima



PRIPREMITE: 25 dag crnih ribiza (ili nekoga drugog sitnog voća), 5 dl mlijeka, 10 dag šećera, 10 dag riže, 2 vanilin-šećera, pola čašice ruma, malo šećera u prahu, sol.

Rižu uspite u kipuću, sasvim malo posoljenu vodu i kuhajte 2 min. Ocijedite je i uspite u kipuće zaslađeno mlijeko i skuhajte. Umiješajte vanilin-šećer i utisnite u prstenasti kalup. Očišćene ribize navlažite rumom i pošećerite po ukusu. Ohlađenu rižu istresite na pladanj, u sredinu stavite ribize.

petak

29

lipanj – juni

subota

30

lipanj – juni

Piletina s graškom

PRIPREMITE: 1/2 većeg pileta, ulje, 1 kg graška, 30 dag mlade mrkvice, 10 mladih lukova, 1 vezicu peršuna, sol, papar, juhe (može koncentrat), sasvim malo šećera.

Na ulju ispržite nasjeckani luk s očišćenim i naribanim mrkvicama. Dodajte nareznu piletinu i pržite da dobije boju. Posolite, popaprite, dodajte malo šećera i očišćeni grašak. Pirjajte zalijevajući juhom. Prije posluživanja dodajte nasjeckani zeleni peršun.

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

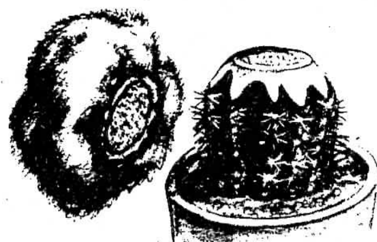
PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

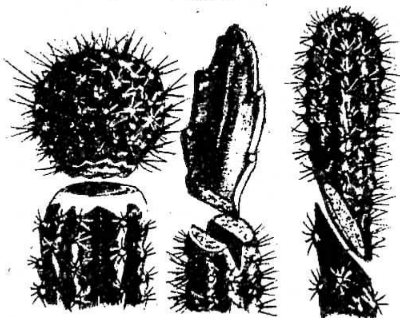
PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

Kaktusi, ta čuda prirode







Cijela je priroda veliko čudo kad se u proljeće probudi nakon plodnoga, prividnog mirovanja zimi li kad se u jesen okiti plodovima, da ne spominjem obilje cvijeća. Živimo u predjelima umjerene klime i pravilnog izmjenjivanja godišnjih doba, pa se za svake suše zabrinemo kako će usjevi propasti. A što bismo rekli za predjele u kojima mjesecima nema ni kapi kiše? Baš je ondje domovina biljaka (kaktusa i drugih sukulenata) koje su čudesna spremišta vode a bizarnim su oblicima odavno privukli uzgajivače i ljubitelje cvijeće. I širom naše zemlje okupili su se uzgajivači ovih malih čudovišta u kojih je sve nekako drugačije: lišće nije lišće, a opet jest, ali pretvoreno u bodlje; ne cvjetaju kao cvjetnice, ali kad se pojavi, cvijet je toliko lijep da zadivljuje, a u nekih traje tako kratko da ga jedva uspijemo pravo vidjeti.

Koliko kaktusi privlače, vidimo na izložbama cvijeća. Jer, najviše se posjetitelja okuplja ondje gdje su izložena ova velika i mala čuda i gdje se prodaju najčešće u minijaturnim lončićima.

Kaktusi su biljke i za one koji se tuže kako nemaju mjesta ni za kakav cvijet ili biljku. Nekoliko kaktusa i sukulenata možete smjestiti u plitku keramičku zdjelicu ili košaricu skupa s lončićima. Dajte im dovoljno svjetla i uživajte... a možda se pojavi i cvijet nekoga sunčanog dana ili noći.

Kaktusi mogu dugo živjeti u posudici u kojoj ste ih kupili, ali se kod uzgajivača raspitajte kad ih valja presaditi. Možda će vam on dati i posebne mješavine zemlje, koju je inače teško nabaviti. Sami načinite zamjenu tako da na 5 šaka obične zemlje za cvijeće stavite šaku oštroga pijeska.

Kaktuse oprezno zalijevajte — ljeti svakih 4-5 dana, a zimi još rjeđe, jer moraju se odmoriti. Ljeti ih možete držati vani, a zimi im odgovara neložena prostorija (oko 10°C)

Presađivanje, razmnožavanje i cijepljenje različitih vrsta jasno je prikazano crtežima — treba nam samo malo hrabrosti!

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PRIJE ODLASKA NA LJETOVANJE

Ostavljate li stan ili kuću na 15 ili mjesec dana, potrebno je poduzeti prije odlaska neke mjere da ne biste doživjeli neugodna iznenađenja poslije povratka. Nemojte se previše pouzdavati u svoje pamćenje (u uzbuđenju pri odlasku može se ponešto zaboraviti!) nego radije načinite popis što sve treba obaviti (a taj će vam dobro doći i nagodinu!). Evo nekih uputa što da radite:

- Prije polaska odnesite na kemijsko čišćenje predmete koji će vam poslije dobro doći čisti. To je i prilika da se očiste sagovi, veliki zastori koje ne možete oprati sami, pokrivači i sl.
- Smislite što ćete jesti zadnja dva-tri dana kako ne bi bilo ostataka. Pripremite i ponešto od hrane za prvu pomoć po povratku: juhe u koncentratu, nekoliko konzervi i sl.
- Pripremite dovoljno sredstava za zaštitu od moljaca, iako ste zacijelo prije spremili i zaštitili zimsku odjeću. Sad sredstva protiv moljaca stavite i u ormar s odjećom, te po tapeciranom namještaju ako vas dulje neće biti kod kuće.
- Cvijeće u loncima odnesite nekome da se brine o njemu ili zamolite nekoga od susjeda (dajte im ključ od stana) da ga dođe zalijevati. Svakako smjestite sve cvijeće u hlad, podalje od jakog sunca. Ako vam nitko ne može zalijevati cvijeće, poslažite ga na jedno mjesto, iznad njega stavite posudu s vodom iz koje neka platnene vrpce vode vlagu do svakog lonca. Bilju je potrebna svjetlost, pa ga ne ostavljajte u mračnoj kupaonici!
- Isključite hladionik dan prije, dobro ga operite izvana i iznutra, isperite vodom u koju ste dodali malo octa i dobro obrišite. Vrata ostavite poluotvorena (ako je potrebno pričvrstite ih stolcem da se ne zatvore). Ostavljate li hrane u zamrzivaču, nemojte isključiti elektriku u cijelom stanu (što se inače preporučuje).
- Stroj za pranje suđa pažljivo očistite, pa prazan uključite na kompletan program da se dobro opere (stavite uobičajenu količinu deterdženta).
- Spustite zastore da sunce ne prodire u stan dok vas nema. Nemate li dobre zastore, pobrinite se da osjetljive predmete stavite izvan dosega sunčanih zraka.
- Prije odlaska presvucite posteljinu, pa prljavu odnesite prati u servis ili je presvucite dan prije kako biste imali vremena oprati je, da vas na povratku ne dočeka prljavo rublje. Nećete imati vremena izglačati posteljinu, ali bitno je da bude čista.
- Nekoliko minuta prije odlaska isperite čistom vodom kadu, umivaonik i sve izljeve, pa stavite svuda nekoliko kapi tekućeg sredstva za dezinfekciju. U zahodu povucite vodu i u školjku stavite također malo tog sredstva.
- Poškropite insekticidom sva mjesta odakle bi mogli prodrti mravi, žohari i drugi kukci dok vas nema.
- Provjerite jeste li ostavili otklopljeno sve posuđe u kuhinji, različite plastične posude i boce, jer sve što je začepljeno prazno, može navući neugodan miris.
- Isključite vodu, plin i struju.
- Pri odlasku iznesite i sve smeće, kako nigdje ne bi ostalo ništa što bi moglo sagnjiti ili se usmrditi.
- Ostavite jedne ključeve kod nekoga od susjeda da bi mogli ući u stan ako negdje u kući pukne cijev od vode ili se dogodi neka druga neprilika.

DOPUTUJTE SVJEŽI NA ODREDIŠTE!

Na putovanju koje traje nekoliko sati, osobito ljeti, čovjek se znoji i prlja, a nema uvijek priliku da se osvježi kako treba. Dugo sjedenje zamara mišiće, i gužva odjeću. Pripremite se kako treba pa će vam putovanje biti ugodnije!

Odaberite odjeću koja se gužva što manje, prostrana je i nije stegnuta u struku. Nemojte putovati u preuskim hlačama, a ne stavljajte ni nakit koji bi vam mogao smetati (čvrste naušnice, prstenje, uske ogrlice i teške narukvice).

Nemojte piti alkoholna ni slatka pića, jer ćete se znojiti od njih. Nemojte ni jesti tešku hranu koja će opteretiti probavu. Najbolje je ponijeti voće.

Imajte pri ruci deodoran i kolonjsku vodu da se osvježite, te papirnate i vlažne rupčiće za ruke i lice. Nemojte se pretjerano šminkati. Povremeno provjeravajte stanje šminke, jer bolje je biti nenemazan nego imati na licu razmrljane boje i preslikanu šminku očiju. Lice možete napudrati, ali laganim puderom. Kad odstranjujete znoj s lica, nemojte trljati kožu, samo prislanjajte čisti papirnati rupčić da upija vlagu.

Na putovanju se kosa mrsi i prlja. Vodite o tome računa pa je podignite u pundžu ili stisnite u rep ako je dugačka, a poludugu začešljajte i pričvrstite češljićima ili kopčama. Za putovanje je vrlo prikladan pamučni rubac. Stisnite njime kosu – ma kako dugačka bila – oko glave – ili na zatiljku. Rubac prikriva sve nedostatke frizure. Neka ne bude od sintetičkih vlakana, jer grije.

Na putovanju noge otežaju, čak i oteku, pa ih moramo vući, umjesto da one nose nas. Pažljivo birajte obuću: neka to budu lagane cipele niskih peta i bez remenčića. Dobro je noge naprašiti talkom. Na putovanju nastojte s vremena na vrijeme pomicati noge da potaknete krvotok, a po mogućnosti ih malo zadignite.

Umor cijelog tijela smanjit ćete ako se povremeno protegnete, prošećete i duboko udišete zrak uz otvoren prozor. Imajte pri ruci aspirin ako vas zaboli glava, pa ga popijte s dovoljno vode.

U ručnu torbicu svakako stavite toaletnu torbicu, bilo da putujete vlakom, autobusom, automobilom ili avionom. U njoj neka bude češalj, deodoran, bočica s toaletnom vodom, papirnati i osvježavajući vlažni rupčići, olovka za oči, ruž za usne, rumenilo za obraze (ako ga upotrebljavate) i puder.

nedjelja

1

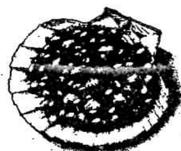
srpanj – juli

ponedjeljak

2

srpanj – juli

Predjelo od riba



PRIPREMITE: 25 dag duboko smrznute ribe, 15 dag riže, 4 velike, zrele rajčice, sol, papar, malo začinskih biljki (ružmarin, majčinu dušicu, zeleni peršun), limunov sok, majonezu, sol, papar, lovorov list, vinski ocat.

Ribu skuhajte u posoljenoj vodi s lovorom i nekoliko kapi vinskog octa. Posebno skuhajte rižu, ocijedite je i ohlađenu začinite majonezom u koju ste dodali sitno nasjeckane rajčice. Pomiješajte rižu s ribom, posolite, zakiselite limunovim sokom, dodajte začinske trave. Poslužite u zdjeli ili – ljepše – u čisto opranim školjkama.

utorak

3

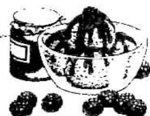
srpanj – juli

srijeda

4

srpanj – juli
Dan borca

Maline Melba



PRIPREMITE: 20 dag malina, 2 žlice drhtalice (želea) od ribizla, 2 žličice škrobnog brašna, limunov sok, sladoled, maline za ukras.

Oprane maline (20 dag) zgnječite, dodajte im drhtalicu i miješajte na pari da se sve otopi, a maline omekšaju. Otopite škrobno brašno sa žlicom vode, pa dodajte umaku i dalje kuhajte da se zgusne. U zdjelice stavite sladoled, prelijte umakom i odozgo stavite svježe maline.

četvrtak

5

srpanj – juli

petak

6

srpanj – juli

»SVIJET« broj 14

Odmrzavanje zamrzivača



Zamrzivač, škrinju ili ormar za duboko smrzavanje valja odmrznuti dva puta na godinu. Zamrznutu hranu najbolje je privremeno preseliti u tuđi zamrzivač, a ako je to nemoguće, najprije zamrznite poprilično starih novina i krpa u koje zamotajte hranu. U zamrzivač stavite posude kipuće vode da se brže odmrzne, pa plastičnom ili drvenom (nipošto ne metalnom) lopaticom postružite nahvatani led. Stijenke i pretince operite toplom vodom i sredstvom za pranje hladionika. Pažljivo sve obrišite, uključite škrinju i tek kad se unutrašnjost rashladi, stavite u nju hranu.

subota

7

srpanj – juli

Dan ustanka u SR Srbiji

nedjelja

8

srpanj – juli

Prsa punjena špinatom

PRIPREMITE: 1,5 kg telećih prsa, 75 dag špinata, ulje, 5 dag maslaca ili margarina, 2 žemlje ili odgovarajuću količinu bijeloga kruha, 2 žlice brašna, 2,5 dl mlijeka, jaje, sol papar, malo vrhnja.

Skuhajte očišćeni špinat u posoljenoj vodi, dobro ga ocijedite i nasjeckajte. Načinite svijetli zapržak od maslaca i 2 žlice brašna, zalijte mlijekom (1,5 dl), pa kad se zgusne dodajte špinat, te namočene iscijeđene, usitnjene žemlje, sol, papar, vrhnje, jaje i toliko mlijeka da dobijete dovoljno gusti nadjev. Napunite teleća prsa, otvor zatvorite čačkalicama, nauljite meso i pecite ga na umjerenoj vatri.

ponedjeljak

9

srpanj – juli

utorak

10

srpanj – juli

Savitak s ogrozdima



PRIPREMITE: 6 jaja, 17 dag šećera, 9 dag brašna, 3 dag maslaca, 30 dag ogrozda ili nekoga drugog bobičastog voća, 2 dl tučenoga slatkog vrhnja.

Tucite dugo šećer sa žutanjcima, dodajte otopljeni maslac, brašno i snijeg od bjelanjaka. U veći lim stavite pobrašnjenu aluminijsku foliju i ulijte tijesto da bude u tankom sloju. Ispecite, iskrenite na šećerom posuti ubrus i savijte još vruće. Ohlađeni savitak oprezno odvijte, napunite ogrozdima i vrhnjem, natrag savijte i rashladite prije posluživanja.

srijeda

11

srpanj – juli

četvrtak

12

srpanj – juli

Đuveč od somovine

PRIPREMITE: 1,5 kg soma, 75 dag luka, 4 zelene mesnate paprike, 30 dag rajčica, ulje, vezicu peršunova lišća, sol, papar.

Somu (ili somovima) odrežite glave i skuhajte. Ribu očistite i narežite. Na ulju ispržite nasjeckani luk, na njemu ispirjajte narezane paprike, dodajte narezane rajčice i nasjeckani peršun. U vatrostalnu posudu stavite somovinu, pokrijte povrćem, posolite, popaprite, zalijte juhom od glava. Pecite u umjereno zagrijanoj pećnici da se ispari sva tekućina.

petak

13

srpanj – juli

Dan ustanka u SR Crnoj Gori

subota

14

srpanj – juli

Engleska pita s bubrezima

PRIPREMITE: 1 omot duboko smrznutoga lisnatog tijesta, 2 glavice luka, ulje, 65 dag goveđeg odreska, 25 dag telećih bubrega, 1,5 žlice brašna, 1/2 žličice suhih začinskih trava, sol, papar, govedsku juhu, 30 dag gljiva.

Na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte narezanu govedinu, te dobro oprane i očišćene, pa nasjeckane bubrege. Pirjajte i podlijevajte juhom. Pospite brašnom, dodajte trave, narezane gljive, posolite, popaprite i opet zalijte juhom. Neka sve omekša. Polovicom tijesta pokrijte dno i stranice kalupa, ispecite to u pećnici. Ulijte nadjev, pokrijte preostalim tijestom i pecite 30 min na srednje jakoj vatri.

nedjelja

15

srpanj – juli

ponedjeljak

16

srpanj – juli

Punjene tikvice



PRIPREMITE: 8 malih tikvica, 50 dag samljevenog mesa, 10 dag suhe slanine, sol, papar, 1 glavicu luka, malo ulja, 2 režnja češnjaka, vezicu zelenog peršuna, 1 jaje, 2–3 dl juhe (može iz kocke), žličicu-dvije gusto ukuhane rajčice, po želji malo brašna.

Tikvice prorežite po duljini, izdubite ih i poslažite u zauljenu posudu. Na ulju ispržite nasjeckani luk, dodajte meso i ispirjajte. Posolite, popaprite. U ohlađeno dodajte nasjeckani češnjak i peršun, jaje, sol i papar. Dobro izmiješajte i time napunite tikvice. Podlijte juhom i polako, poklopljene, pirjajte. Povremeno dolijevajte juhu, u kojoj ste otopili rajčicu (radi boje). Ako želite gušći sok, u juhi razmutite malo brašna.

utorak

17

srpanj – juli

srijeda

18

srpanj – juli

Trogirska juha od cvjetače

PRIPREMITE: 40 dag cvjetova cvjetače, žlicu ulja, žlicu brašna, sol, papar, vezicu zelenog peršina, 3 režnja češnjaka, 15 dag pršuta, 0,5 dl bijelog vina.

Cvjetove cvjetače spustite u kipuću slanu vodu i kuhajte da omekšaju, ali ostanu čvrsti. Od ulja i brašna načinite svijetli zapržak, zalijte vodom u kojoj se kuhala cvjetača. Kad se zgusne, vratite cvjetaču, prokuhajte; dodajte pršut narezan na kockice, nasjeckani peršunov list, zgnječeni češnjak i vino. Još jednom prokuhajte. Prije posluživanja pospite nasjeckanim peršunom.

četvrtak

19

srpanj – juli

petak

20

srpanj – juli

»SVIJET« broj 15

Rajčice punjene ribom



PRIPREMITE: 4 velike rajčice, 15 dag kuhane ili pečene ribe, 6 žličica ulja, 2 režnja češnjaka, sol, papar, sok 1/2 limuna, po žličicu nasjeckanog peršuna i vlasca, mrvice.

Rajčicama odrežite vrhove, okrenite ih da iskapa sok. U međuvremenu usitnite riblje meso, pomiješajte ga s nasjeckanim češnjakom, limunovim sokom, peršunom, vlascem, uljem i toliko mrvica da dobijete glatki nadjev. Posolite, popaprite, provjerite okus i time nadjenite rajčice.

subota

21

srpanj – juli

nedjelja

22

srpanj – juli

Dan ustanka u SR Sloveniji

Ukrašavanje čaša



Stigle su vrućine, a s njima i želja da se popije neki hladni bezalkoholni ili alkoholni napitak. Prijat će još bolje iz ukrašenih čaša. Načinite sleđeni rub čaše tako da ga natrljate limunovim ili nekim drugim sokom i umočite u kristalni šećer. Pustite da se osuši. Napravite i ukrasne kockice leda: napunite plastičnu ili metalnu posudu do polovice, kad se smrzne stavite ušećerene trešnje ili komadiće voća jakih boja, dolijte do vrha vode i pustite da se smrzne. Na rub čaša ili većih posuda možete nataknuti zarezane kolute naranče, limuna ili komadiće drugog voća, cvijeća ili svježe začinske trave (metvicu i sl.).

ponedjeljak

23

srpanj – juli

utorak

24

srpanj – juli

Ljetni puding



1 Odrežite koru s 10 tankih odrezaka staroga kruha, pa njime obložite dno i stranice dublje posude.



2 Prokuhajte 75 dag crvenih šljiva ili nekog drugog voća jake boje sa što manje vode, pošećerite po ukusu. Stavite u posudu i pokrijte preostalim kruhom. Odrežite ga da uđe unutra. Poklopite i opteretite. Hladite 24 sata da sve otvrdne. Tekućina iz voća natopit će kruh.



3. Odvojite puding nožem od posude, izvrnite ga na tanjur i poslužite s tučenim slatkim vrhnjem.

srijeda

25

srpanj – juli

četvrtak

26

srpanj – juli

Ribarska juha

PRIPREMITE: 1 kg različitih morskih riba (što više vrsta), 4 glavice luka, 3–4 lijepo zrele rajčice, 4–5 režnja češnjaka, vezicu peršunova lišća, 2 dl maslinova (ili miješanoga) ulja, 10 dag riže, 1 lovorov list, 2 dl bijelog vina, sol, papar u zrnu.

Na ulju ispržite nasjeckani luk, zalijte 2 litre obične i malo morske vode. Dodajte očišćene i narezane ribe, nasjeckani češnjak i peršun, sol, papar lovor. U provrelu juhu dodajte vino i narezane rajčice. Neka se sve skuha, povadite riblje meso, juhu procijedite i u njoj raskuhajte rižu. Stavite opet meso, pa odmah poslužite. Dio peršunova lišća možete dodati nasjeckan prije posluživanja. Za ovu juhu dobro je upotrijebiti juhu (vodu) u kojoj ste kuhali druge ribe za posluživanje lešo.

petak

27

srpanj – juli

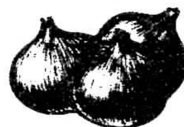
Dan ustanka u SR Hrvatskoj
Dan ustanka u Bosni i Hercegovini

subota

28

srpanj – juli

Pisana pečenka



PRIPREMITE: govedsku pisanu pečenku tešku 1,5 kg, 3 dag luka, 1 dag zelenog peršuna, 6 dag gljiva, 2 dag masti, 8 dag guščje jetre, sol, papar, pola svinjske mrežice, [maramice], ulje za pečenje.

Na masti ispržite sitno nasjeckani luk s gljivama, dodajte nasjeckani zeleni peršun. U to uvaljajte guščju jetru narezanu na rezance pa njima nabodite pečenku. Ostatkom namažite pečenku izvana, posolite je, popaprite, zamotajte u svinjsku maramicu i nauljite. Pecite 20–25 min na vrlo jakoj vatri, zatim vatru smanjite i pecite zalijevajući juhom da omekša – ovisno o tome koliko tko voli jako pečeno.

nedjelja

29

srpanj – juli

ponedjeljak

30

srpanj – juli

Okruglice s kajsijama

PRIPREMITE: 1 kg žutoga krumpira, 25 dag brašna, 6 dag maslaca ili margarina, 3 dag krupice (griza), 1 jaje, sol, 1,5 kg kajsija, 8 dag šećera, 15 dag maslaca ili ulja za prženje, 16 dag mrvica, 5 dag šećera za posipavanje.

Skuhani krumpir, još vrući, ogulite i protisnite. Dodajte brašno, maslac, krupicu, jaje i sol, pa zamijesite tijesto. Razvaljajte ga i narežite na komade. Na njih stavite male kajsije kojima ste izvadili koštice i zamijenili ih s malo šećera. Oblikujte okruglice, spustite ih u kipuću slanu vodu i kuhajte 5–10 min (da isplivaju na površinu). Ocijedite ih, prelijte propržinim mrvicama i pospite šećerom.

utorak

31

srpanj – juli

OPEKLINE I OZLJEDE KISELINAMA

Vrlo često ozljede u kući su opekline. Osnovno je pravilo da i kod većih i kod manjih opeklina taj dio tijela stavite pod mlaz hladne vode. Opeklinu treba držati pod mlazom sve dok ne prestane bol, a to je obično najmanje 15 pa sve do 45 minuta. Postupite li tako neće biti ni teških rana ni ožiljaka koje bi inače opekline mogle ostaviti.

O čemu se zapravo radi? Nakon što je opeklina nastala, toplina i dalje nastavlja svoj proces, polako djeluje i uništava tkivo. Hladna voda taj proces prekida! Vrlo je važno da opeklinu držite pod mlazom hladne vode dovoljno dugo!

I ozljede kiselinama također treba vrlo dugo ispirati mlazom hladne vode. U slučaju da su kiselinom ozlijeđene oči, dobro je ukapati »prokulin« kapi. Nikako ne koristite neke druge kapi za oči!

NE PRŽITE SE NA SUNCU!

Ljudskome su tijelu sunčane zrake nužne, ali prirodna je fiziološka potreba za njima ograničena. Dovoljna nam je sunčana kupelj koju dobijemo kretanjem u prirodi, normalnim načinom života i rada. Pretjerano izlaganje kože sunčanim zrakama izaziva neželjene posljedice.

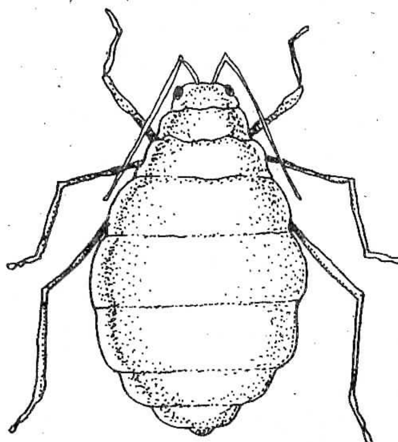
Opekline su jedna od najčešćih posljedica. To je nagli, akutni i pretežno kratkotrajni poremećaj zdravlja, uglavnom bez komplikacija. Opekline se mogu spriječiti tako da se postupno povećava vrijeme izlaganja suncu za 25 do 30 minuta na dan, ovisno o jačini sunčanih zraka i korištenju zaštitnih krema.

Pretjerano izlaganje suncu izaziva mnoge degenerativne promjene na koži, a one mogu postati osnova za razvoj raka kože. Zbog svega toga sunčajte se, ali ne pržite se na suncu!

I biljke boluju

Ljeto je, sve buja i cvate, a u vašem vrtu odjednom se suši, propada neka biljka, iako još od rana proljeća boj bijete sa zelenim ušima. No, one nisu jedini uzročnici propadanja biljaka! Na žalost, vaš vrt, sandučići na prozoru ili balkonu ili lijepe lončanice u stanu ne mogu rasti u nekoj sterilnoj sredini. Dio su cjelokupne prirode u kojoj je prije postojao međusobni sklad. A danas bismo željeli da različiti kukci i njihove ličinke nalaze hranu bilo gdje osim na našem cvijeću i povrću! To je vrlo teško postići iako na tržištu ima bezbroj preparata koji pomažu da bi uzgoji bili zdraviji, otporniji i zaštićeni.

Biljke propadaju zbog nametnika i bolesti, pa se i sredstva dijele na insekticide i fungicide. Insekticidima se borimo protiv kukaca (insekata), koji u svom razvoju prolaze kroz više stadija: jajašca, ličinke, gusjenice, kukuljice i odraslog kukca. U svakom stadiju mogu nanijeti štete, ali svaki put je drugačija borba protiv njih. Kupus će nam, na primjer, pojesti ličinke kupusova bijelca, ali se insekticidima treba boriti i protiv njegovih jajašca na poleđini listova i protiv samoga bijelog leptira, koji će izleći nova jajašca, buduće gusjenice željne kupusa. Ciklus se ponavlja. Kukci su, na žalost, često djelotvorniji od kemijske industrije, pa dok u jednoj generaciji većina kukaca ugiba od nekog sredstva, preživjeli su već u sljedećem naraštaju otporni na to sredstvo.



Fungicidima se uništavaju gljivice i drugi uzročnici različitih bolesti. Često možete kupiti pomiješana oba sredstva ili ih miješajte sami. Sredstava ima mnogo, ali zapamtite: **strogo se držite uputa.** Najčešće su, naime, manje ili više otrovna za ljude, životinje i korisne kukce (pčelari vas mogu tužiti za izazvani pomor pčela). Osim toga, preslaba doza ili koncentracija neće uništiti štetnike, a od prejake mogu stradati biljke.

Kad govorimo o različitim sredstvima, spomenimo da nam u borbi protiv korova pomažu herbicidi. Biljke, nadalje, napadaju i viroze protiv kojih smo manje-više nemoćni, baš kao i kod nas samih.

Protiv svih nametnika i štetnika najbolje se možemo boriti pravilnim i dobrim uzgojem, jer čvrsta, dobro prihranjena biljka lakše će se sama oduprijeti svim opasnostima što vrebaju na nju.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI

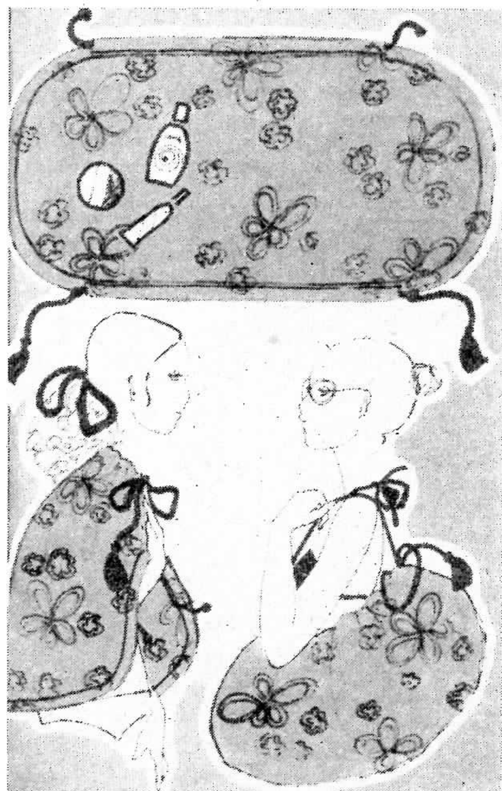
OSOBNI DOHODAK								
OSOBNI DOHODAK								
OSOBNI DOHODAK								
MIROVINA								
MIROVINA								
DJEČJI DODATAK								
STIPENDIJA								
DRUGI STALNI PRIHODI								
IZVANREDNI PRIHODI								

IZDACI

STANARINA								
VODA								
ELEKTRIKA								
PLIN								
GRIJANJE								
RTV								
TELEFON								
OSIGURANJE								
ZAJAM								
OSTALI IZDACI								

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								



Za plažu

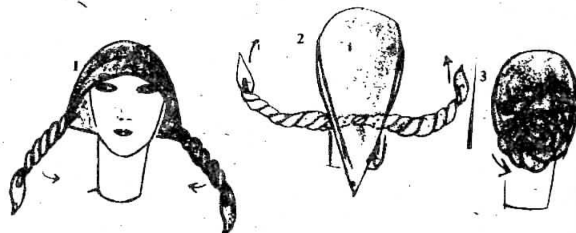
Ovaj praktičan prostirač može biti pelerina, ali i velika, prostrana torba u koju ćete smjestiti sve za plažu. To je veći komad platna (možete ga uzeti dvostruko). Na dvije bočne zaobljene strane uvlači se gajtan. Naberete li samo jednu stranu i vežete oko vrata, dobit ćete pelerinu, naberete li obje strane i stegnete gajtane, dobit ćete torbu za plažu!

Turban

Turbani su, više ili manje, uvijek moderni. I praktični, iznad svega. Skrivaju lošu ili nikakvu frizuru, ali mogu biti i ukras za kosu.

Potreban vam je, prije svega, dugi mekani šal. Dva kraja uvijte kako pokazuju strelice (1), na zatiljku ih ukrstite (2) pa uvijte uokrug na zatiljku i pričvrstite iglom (3).





srijeda

1

kolovoz – august

četvrtak

2

kolovoz – august

Voćni kup



PRIPREMITE: 1 kutiju sladoleda od vanilije, 50 dag jagoda, 2 čašice likera (npr. maraksina ili šeribrendija), malo tučenoga slatkog vrhnja.

Unaprijed u hladioniku dobro ohladite čaše za kup. Voće operite, ocijedite, pa također dobro ohladite. Neposredno prije posluživanja stavite u čaše naizmjenično žlice sladoleda i voće, prelijte likerom i na vrhu ukrasite tučenim slatkim vrhnjem.

petak

3

kolovoz – august

»SVIJET« broj 16

subota

4

kolovoz – august

Punjeno pile



1 Nasjeckajte 20 dag pileće jetre i ispržite s ispržênim lukom. Dodajte sol, papar, nasjeckani peršin te toliko mrvica da dobijete glatku smjesu. Povežite je jajetom.



2 Očišćeno i posoljeno pile napunite nadjevom, dio ugurajte i pod kožu. U ekspres-loncu propržite pile sa svih strana.



3 Dodajte nasjeckane 3 mrkvice, 25 dag graška, 1 režanj (usitnjenoga) češnjaka i zalijte sa 1,5 dl bijelog vina. Poklopite i pirjajte 35 min. Prije posluživanja dodajte u sok 4-5 žlice vrhnja.

nedjelja

5

kolovoz – august

ponedjeljak

6

kolovoz – august

Makedonski patlidžani

PRIPREMITE: 4 patlidžana, 50 dag tvrdih, zrelih rajčica, 10 dag luka, ulje, sol, papar.

Oprane patlidžane prorežite po duljini, posolite ih i ostavite stajati da se ocijede. Poslije pola sata stisnite ih da izađe sok. Poslažite ih na nauljeni lim ili vatrostalnu posudu. Očišćeni luk narežite samo na kolutiće, poslažite ih po patlidžanima. Rajčice operite i narežite na ploške, pa ih također poslažite (kao crijep na krovu) preko luka na patlidžane. Posolite, popaprite, zalijte uljem. Pecite u pećnici na umjerenoj vatri oko pola sata.

utorak

7

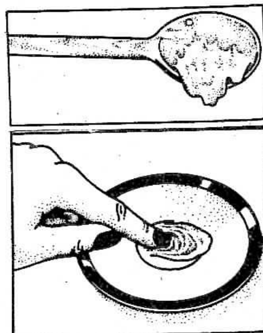
kolovoz – august

srijeda

8

kolovoz – august

Provjerite marmeladu!



Kod pripremanja marmeladâ (i sve ostale zimnice) važno se držati uputa, ali one nikad nisu toliko točne da ne biste i sami morali pripaziti na ponešto. Tako npr. najbolje sami provjerite je li marmelada dovoljno kuhana da biste je mogli stavljati u staklenke. Stavite je malo na porculanski tanjurić da se ohladi, a onda gurnite prstom – ako se nabire, gotova je. Možete provjeravati i tako da malo zagrabite drvenom kuhačom – s ruba mora padati u gustim, izduženim komadićima, ne smije teći u mlazu.

četvrtak

9

kolovoz – august

petak

10

kolovoz – august

Hladna punjena prsa

PRIPREMITE: svinjska prsa (2 kg); nadjev – 50 dag svinjske jetre, 2 žemlje, 25 dag svinjetine, 8 dag suhe slanine, sol, papar, malo mažurana, vezicu vlasca, peršunovo lišće, malo naribanoga muškatnog oraščića; za kuhanje – 8 dag mrkve, 8 dag korijena peršina, 4 dag korijena celera, malo majčine dušice, 2 lovorova lista, sol i papar u zrnu.

Namočite i istisnite žemlje. Dodajte samljevenu svinjetinu, jetru i slaninu, nasjeckani vlasac i peršun, mažuranu, sol i papar. Prsa ispunite nadjevom, zamotajte u ubrus, povežite uzicom i kuhajte 2 sata u vodi u koju ste dodali očišćeno korijenje, majčinu dušicu, lovor, sol i papar u zrnu. Neka se u vodi napola ohladi. Onda meso izvadite, umotajte u čisti ubrus i opteretite, pa stavite u hladionik. Prikladna je i za nošenje na izlet.

subota

11

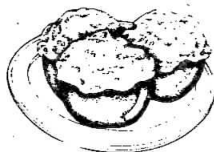
kolovoz – august

nedjelja

12

kolovoz – august

Zapečene punjene rajčice



PRIPREMITE: 4 rajčice, 10 dag naribanog sira, 5 dag šunke, vezicu paršunova lišća, 4-5 žlice mrvica, 2 jaja, malo ulja, sol, papar.

Prorežite rajčice i izdubite im sredinu. Nasjeckajte je, dodajte joj sir (odvojite žlicu), nasjeckani peršun, žutanjke, sol, papar i toliko mrvica da dobijete gusti nadjev. Poslažite rajčice na nauljeni lim, napunite ih nadjevom i stavite u zagrijanu pećnicu da se peku 10-15 min. Istucite snijeg od bjelanjaka, posolite ga i umiješajte oprezno sir. Time pokrijte rajčice i pecite još 5-10 min.

ponedjeljak

13

kolovoz – august

utorak

14

kolovoz – august

Domaći malinovac



PRIPREMITE: 2 kg zrelih, slatkih malina, otprilike 1 kg šećera.

Maline pasirajte i ostavite da stoje preko noći. Onda sok oprezno procijedite kroz cjedilo koje ste pokrili trostrukom, čistom gazom. Izvažite dobiveni sok, pa ga pomiješajte s istom težinom šećera i prelijte u boce. Dobro ih začepite i prokuhajte u pari (kao kompot) 25 minuta.

srijeda

15

kolovoz – august

četvrtak

16

kolovoz – august

Ekspres-lonac u prirodi



Ekspresni (Papinov) lonac nije ni malen ni lagan, ali ipak nađite za nj mjesta kad idete na višednevni izlet ili čak ljetovanje po šatorom. Ta jednostavna naprava kuhanjem pod tlakom znatno (za dvije trećine) skraćuje vrijeme kuhanja – a vrijeme na ljetovanju možemo iskoristiti na mnogo ljepših načina, je li? Dobro će vam doći ako imate prijenosni plinski štednjak ili kuhalo, ali i na običnoj logorskoj vatrici!

petak

17

kolovoz – august

»SVIJET« broj 17

subota

18

kolovoz – august

Lažna pita



1 Osušite u pećnici 15 dag kruha, zdrobite ga i dobivene mrvice propržite na maslacu.



2 Ogulite i naribajte 3 velike jabuke, dodajte 20 dag kupina i šećera po volji, pa prokuhajte.



3 U kalup stavljajte red mrvica pa red voća. Mrvice neka budu na dnu i na vrhu. Pokrijte snijegom od 1-2 bjelanjka (sa 1 žlicom šećera u prahu). Zapecite u pećnici 5-6 minuta.

nedjelja

19

kolovoz – august

ponedjeljak

20

kolovoz – august

Povratak s ljetovanja

Nemojte upropastiti sve dobrobiti odmora loše organiziranim povratkom! Nemojte se vraćati umorni, posljednju večer podite ranije spavati. Dio prtljage spakirajte dan unaprijed. Vozite li sami, vodite računa o vrućini, pa se češće zaustavljajte i izlazite na svježi zrak. Vodite računa o gužvi što vlada na povratku ovih dana, pa na vrijeme rezervirajte karte. Vozite li, nemojte se zaustavljati u restoranima pred kojima ima mnogo automobila, što je znak da je unutra mnogo gostiju, pa ćete dugo čekati. Možda je najbolje ponijeti nekoliko sendviča i pojestih ih u miru, podalje od ceste ili u vlaku. Najvažnije je – bilo da se vozite ili da sami vozite – voditi računa o tomu da ne putujete sami, da i drugi putnici žele sretno stići, pa nastojte dobro raspoloženje sačuvati do kuće.

utorak

21

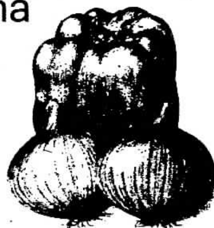
kolovoz – august

srijeda

22

kolovoz – august

Kajgana s paprikama



PRIPREMITE: 8 jaja, 4 mesnate paprike, 2 manje glavice luka, ulje, sol, papar, 4 žlice mlijeka, 4 odreska šunke, žlicu nasjeckanoga peršunovog lišća.

Na ulju zažutite nasjeckani luk, dodajte očišćene i na rezance narezane paprike. Smanjite vatru i pirjajte da paprike omekšaju. Jaja razbijte u zdjelicu, pomiješajte ih s mlijekom i posolite. Prelijte preko paprike, miješajte i onda kad se počnu stezati dodajte šunku narezanu na kockice i papar. Prije posluživanja umiješajte i nasjeckano peršunovo lišće.

četvrtak

23

kolovoz – august

petak

24

kolovoz – august

Otkrivena pita s grožđem

PRIPREMITE: 20 dag brašna, 10 dag maslaca ili margarina, 5 grama soli, 1 žlicu šećera, 1 omot vanilin-šećera, 1 jaje, po 30 dag bobica bijeloga i crnoga grožđa, marmeladu od kajsija.

Stavite brašno na dasku za kolače, dodajte masnoću narezanu na listiće i mrvite zajedno vršcima prstiju da dobijete mrvice. Dodajte im jaje, sol, šećer i sasvim malo soli. Izradite glatko tijesto, ali mijesite ga što manje. Stavite na hladno da se stvrdne, pa njime ispunite dno i stranice lima ili kalupa za torte. Ispecite u pećnici. Ohlađeno premažite protisnutom marmeladom, a po njoj što gušće poslažite oprane bobice grožđa. Premažite ostatkom marmelade.

subota

25

kolovoz – august

nedjelja

26

kolovoz – august

Rakovi u pećnici



PRIPREMITE: 3 veća raka, 3 dag mladog luka, vezicu peršunova lišća, 6 dag pečurki, 3 dag maslaca, 15 dag ribljeg mesa, sol, papar, 2 žlice limunova soka, 3 dag ribanoga sira (parmezana), 2 dag mrvica, još 3 dag maslaca.

Rakove skuhajte (10 – 15 min) u kipućoj vodi, a iz ohlađenih izvadite meso. Narežite meso iz tijela i nogu, pa bacite na maslac na kojemu ste već ispržili nasjeckani luk, peršun i gljive. Propirjajte, dodajte usitnjeno, skuhano riblje meso, sol, papar i limunov sok. Time ispunite dobro oprane oklope rakova, pospite mrvicama i nakapajte otopljenim maslacem. Stavite u pećnicu 15 minuta prije posluživanja da se zapeče.

ponedjeljak

27

kolovoz – august

utorak

28

kolovoz – august

Govedski jezik s povrćem

PRIPREMITE: 1 govedski jezik, sve povrće za juhu, 1 dl bijelog vina, sol, papar u zrnu, vezicu vlasca, vezicu peršunova lišća, mrvice, povrće po ukusu, maslac ili margarin.

Jezik skuhajte sa svim povrćem kao da kuhate govedsku juhu (upotrijebite je kao svaku drugu juhu). Jezik ogulite. Posebno skuhajte povrće po ukusu, pa ga poslažite u vatrostalnu posudu, pospite nasjeckanim peršunom i vlascem. Po povrću poslažite narezani jezik, posolite ga i popaprite, pospite ostatkom peršuna i mrvicama, zalijte vinom. Po vrhu stavite na listiće narezani maslac i zapecite u pećnici.

srijeda

29

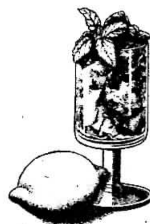
kolovoz – august

četvrtak

30

kolovoz – august

Sleđena dinja



PRIPREMITE: 1 manju dinju, šećer u prahu, malo limunova soka, malo ruma, 1/2 l sladoleda od vanilije, nekoliko listića metvice (mente, nane).

Dinju ogulite i izdubite, meso narežite na kockice i zašećerite, navlažite rumom i limunovim sokom, zamrznite. U dobro ohlađene čaše stavljajte dinje i sladoled, pa ukrasite listićima metvice.

petak

31

kolovoz – august

»SVIJET« broj 18

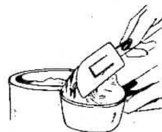
Mjerenje i vaganje (bez vage)



U receptima ćete naći točne količine namirnica i držite se tih uputa želite li da vam jelo uspije. To znači: ako se mjeri žlicama, onda valja sipku namirnicu nožem skinuti da bude samo do ruba žlice (crtež 1), a gušću zaravnati po površini (sl. 2). Mjerite li tekućinu na decilitre ili litre, dobro će vam doći plastična posuda s oznakama, ali valja je držati u visini očiju i na čvrstoj podlozi da bi mjerenje bilo točno (crtež 3).



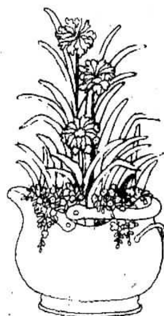
Nemate li vage, možete se približno ravnati po ovome: 1 žlica bijelog brašna = 1 dag, 1 žlica šećera u prahu = 1,5 dag, 1 žlica riže = 2 dag, 1 žlica soli = 2 dag, 1 žlica škrbnog brašna = 1,5 dag, 1 žlica ulja = 1,4 dag. Nadalje: 1 žlica samljevene kave = 3 grama, 1 žličica soli = 5 grama. Također: 1 šalica (za čaj) šećera u kristalu = 18 dag, 1 šalica brašna = 12 dag i 1 šalica riže = 15 dag. Petnaest badema teži otprilike 2,5 dag.



Maslac ili margarin bez vage odredite dijeleći omot na kojemu je označena težina od 250 ili 100 grama.



Malo dosjetljivosti!







Sretnici koji imaju balkone, prostrane lođe i terase mogu uzgojiti mali vrt u hladnom betonu. Mnogi se ipak tuže da na to ode poprilično novca. Točno. Treba nabaviti zemlju, cvijeće i hraniva, a najskuplje je posuđe. U svakoj ćete se prodavaonici uvjeriti da su posude skupe, pa ćete vjerojatno kupovati lončić po lončić, kako već budete odvajali od novca za hranu. Tako skupljena zbirka lonaca i sandučića različitih boja i oblika ni ne izgleda loše, ali može se nabaviti brže i jeftinije ako ste dosjetljivi.

Pregledajte svu onu starudiju koja vam samo smeta i zacijelo ćete naći prikladne posude za cvijeće – stare kante, lavore, probušene čajnike, zdjele i koješta drugo. U veće posude stavite manje lonce (ili stare konzerve!) s cvijećem, a vanjsku posudu obojite nekom žarkom bojom. To omogućuje stvaranje aranžmana cijelog ljeta. Među posude s biljkama koje trenutačno baš ne cvatu obilno možete staviti i staklenku s ubranim poljskim cvijećem! Mogućnosti su bezbrojne, a na sasvim malom balkonu posude s cvijećem objesite na zid! Među ljetnice doselite i svoje ljepotane iz sobe ako bi im dobro došlo ljetovanje vani.





Ljeti valja redovito zalijevati i prihranjivati biljke, ali ne zaboravite povremeno odliti vodu koja se skupila u većoj posudi ispod lončića – mogla bi se usmrditi.

Jednom sam se u nekom časopisu divila kojekakvim posudama s otpada po kojima je bujno raslo cvijeće, ali vjerujem da ni u debele knjige ne bi stale sve kombinacije koje ćete sami otkriti s malo dosjetljivosti i ljubavi. Pa, kad već pokazujemo toliko spretnosti da dobro jedemo, lijepo se odijevamo i dotjerujemo često s malo novca, pouzdano je da se i lijepo cvijeće može nabaviti bez velikih izdataka. Susjed ili prijatelj rado će vam dati iz svoga vrta neku sadnicu ili sjeme, prorujte među starudijom i ubrzo ćete uživati u takvim ljepotama da biste se mogli prijaviti i za natjecanje »Tražimo najljepši balkon«!

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

Zakrpe

● **Rupe na laktovima, rupe od cigareta, okraćali rukavi.** Što s njima? Popravite ih uz pomoć naših savjeta.

1. Isparajte rukav po šavu i otvorite ga. Zatim na 3 ili 4 cm visine od početka rukava uvucite vrh škarica u jednu očicu u sredini reda i prerežite je.

2. Iglom parajte očicu po očicu s jedne i druge strane prerezane očice.

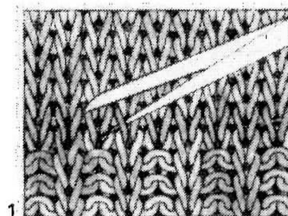
3. Podignite sve očice na iglu i pletite potrebnu dužinu.

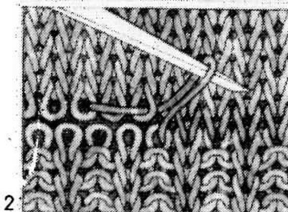
4. Pojačanje na rukavu. Uvucite iglu s vunom od koje je pleten rukav, ne radite uzao, prebacite vunu na krivu stranu očice prethodnog reda na mjestu gdje treba pojačati. Izvucite iglu na pravu stranu na sredinu očice.

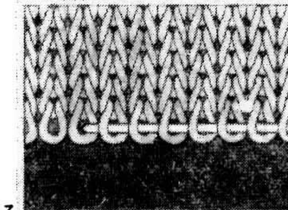
5. Slijedite ravnu nit vidljivog dijela očica i ubodite iglu vodoravnu u sredinu gornje očice kako biste slijedili nit s krive strane. Izvucite iglu po sredini očice s lijeve strane.

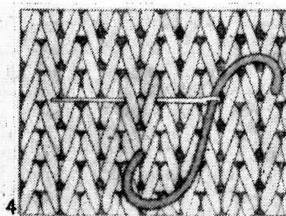
6. Slijedite lijevu nit te ubodite iglu u početni bod i u sredinu sljedeće očice. Ponavljajte po čitavoj širini, zatim okrenite rad i podignite jednaki red.

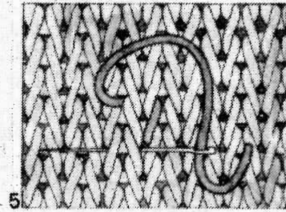
7. Krpanje rasparanoga ili pregorjeloga dijela. Prerežite nit na sredini rasparanoga ili izgorjeloga dijela. Iglom parajte očice dok odstranite pokvareni dio da dobijete oblik pravokutnika ili kvadrata, ali što je moguće manji. Imate na dnu i na gornjem dijelu 2 reda rupica od očica i okomito sa svake strane kolonu očica iz kojih ste izvlačili niti a koje su ostale sačuvane. S krive strane izradite krpež u obliku slova V s tim nitima tako da povežete očice. Nemojte previše stezati, te niti služe kao potka; 7, 8 i 9.

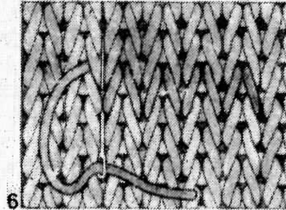

1

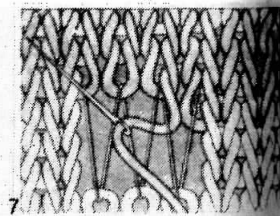

2

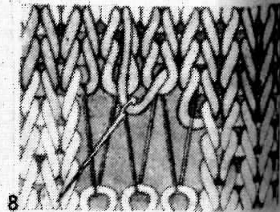

3


4


5


6


7


8


9

subota

1

rujan – septembar

nedjelja

2

rujan – septembar

Bijeli kup



PRIPREMITE: 0,5 l sladoleda od limuna (ili od vanilije), 10 dag šećera, 1 žlicu škrobnog brašna, sasvim malo soli, 1 limun, 2,5 dag maslaca; kriške limuna i ušećerene svijetle trešnje za ukras, malo kokosova brašna, tučeno slatko vrhnje.

Za preljev naribajte limunovu koricu, dodajte šećer, sol i 2 dl vode, pa skuhajte na pari. U ohlađeno dodajte sok od 1 limuna. U rashlađene čaše stavljajte sladoled, prelijte preljevom, gore stavite tučeno vrhnje, pospite kokosom i ukrasite trešnjom.

ponedjeljak

3

rujan – septembar

utorak

4

rujan – septembar

Pečene paprike s maslinama

PRIPREMITE: 5 velikih, mesnatih paprika, ulje, sol, papar, 4-5 režnja češnjaka, 15-20 maslina.

Na malo zauljenoj, dubokoj tavici pecite paprike i okrećite ih da budu posvuda podjednako ispečene. Kožica može i malo zagorjeti, glavno da meso bude ispečeno. Ravno iz tavice gurnite paprike pod mlaz hladne vode, pa ćete ih lako oguliti. Narežite ih na rezance i bacite na svježe, zagrijano ulje da se proprže. Dodajte im nasjeckani češnjak, posolite ih i popaprite. Maknite s vatre i u ohlađene umiješajte masline kojima ste povadili koštice.

srijeda

5

rujan – septembar

četvrtak

6

rujan – septembar

Patlidžani za zimu







1 Operite 4 velika patlidžana i narežite ih na kolute debele 0,5 cm. Posolite ih i ostavite da se ocijede.

2 Kuhajte ih 3 min u kipućoj slanoj i zaoctenoj vodi (umjesto octa bolji je sok od 2 limuna).

3 Ocijedite ih i stavite između 2 čiste krpe da se osuše. Slažite ih u veliku staklenku, a svaki red popaprite, pospite nasjeckanim peršunovim lišćem, a ponegdje stavite i lovorov list. Zalijte uljem i hermetički zatvorite.

petak

7

rujan – septembar

subota

8

rujan – septembar

Tuljci s borovnicama



PRIPREMITE: 1 omot duboko zamrznutoga lisnatog tijesta, 3 dl borovnica, 4 dl slatkoga vrhnja, meda po ukusu, šećer.

Razvaljajte tijesto i narežite ga na rezance. Omotajte ih oko navlaženih metalnih kalupića tako da se slijepe. Ispecite u pećnici, pustite da se ohlade. Tucite slatko vrhnje i zasladite ga medom. U svaki tuljac stavite malo vrhnja, oprane i zašećerene borovnice, pa opet vrhnje. Odmah poslužite (u protivnom tijesto se razmoči od vlage iz vrhnja).

nedjelja

9

rujan – septembar

ponedjeljak

10

rujan – septembar

Ribe na rujanski način

PRIPREMITE: 2 morske ribe srednje veličine, sol, papar, maslac ili margarin, 1 limun, vezicu zelenog peršuna, 1 krastavac.

Očistite ribe, prorežite ih po dužini i povadite im kosti da dobijete filete. Posolite ih, popaprite i polako pirjajte na maslacu. Krastavac dobro operite, narežite i polako pirjajte na maslacu u drugoj posudi. Posolite. Na zagrijani pladanj stavite ribu, oko nje krastavce, zakiselite sve limunovim sokom, prelijte maslacem u kojemu su se pržile ribe, pa pospite nasjeckanim peršunovim lišćem.

utorak

11

rujan – septembar

srijeda

12

rujan – septembar

Jaja punjena hrenom



PRIPREMITE: 10 jaja, ulje, limunov sok, sol, 10 dag naribanog hrena, malo vrhnja, nareske i salatu kao prilog.

Jaja kuhajte 12 minuta, prelijte hladnom vodom i ogulite. Prorežite vodoravno ili po širini, svakako odrežite sloj bjelanjca da tvrdo stoje. Žumanjce povadite i zgnječite vilicom dodavajući ulje da dobijete gustu smjesu. Posolite je, zakiselite limunovim sokom i dodajte hrena po ukusu. Dodajte i malo vrhnja da se lakše miješa. Napunite time jaja i poslužite s narescima i listovima začinjene zelene salate.

četvrtak

13

rujan – septembar

petak

14

rujan – septembar

»SVIJET« broj 19

Slani »kolač«



PRIPREMITE: 1 omot duboko smrznutoga lisnatog tijesta, 2 glavice luka, 1-2 svježe paprike, 3 para hrenovki, 35-45 dag ostataka pečenoga ili kuhanog mesa, 2-3 odreska pršuta ili dimljene šunke, vezicu peršunovog lišća, 2 žutanjka, sol, papar, 1 jaje, malo mlijeka, ulje.

Sameljite ostatke mesa, dodajte na isprženi nasjeckani luk, paprike narezane na kockice, nasjeckani pršut i peršun, žutanjke, sol i papar. Time pokrijte tijesto, poslažite na to hrenovke, savijte, odozgo premažite žutanjkom. Pecite u zagrijanoj pećnici na 220° C 25-30 minuta i odmah poslužite.

subota

15

rujan – septembar

nedjelja

16

rujan – septembar

Gljive na katalonski način

PRIPREMITE: 50 dag gljiva (bilo koje vrste), 1 veliku glavicu luka, malo maslinova ulja, 4 veća režnja češnjaka, vezicu zelenog peršuna, 2-3 lista lovora, malo mažurana, sol, papar u zrnu, 1 dl bijelog vina.

Na ulju zažutite nasjeckani luk, dodajte nasjeckane i usitnjene začinske biljke, te nasjeckani češnjak. Zalijte vinom, pa kad provri, posolite i dodajte papar. Zalijte s toliko vode da imate dovoljno tekućine za kuhanje gljiva. Gljive očistite i cijele spustite u kipuću tekućinu. Kuhajte 5 min i maknite s vatre da se ohlade do kraja. Ocijedite gljive i poslužite ih kao prilog mesu ili uz salate. Dio gljiva možete nasjeckati, pa staviti opet u procijeđenu juhu. Zakuhajte je rižom, dodajte sasvim malo rajčica, pa poslužite kao juhu.

ponedjeljak

17

rujan – septembar

utorak

18

rujan – septembar

Okruglice sa šljivama

PRIPREMITE: za hrustavo tijesto – 3 dag maslaca ili margarina, 15 dag brašna, 1–2 jaja (ovisno o veličini), sol; 75 dag šljiva; mrvice i maslac za prelijevanje, šećer i malo cimeta za posipavanje.

Okruglice možete raditi i od krumpirova tijesta (pogledajte 29. VI). Maslac i malo soli pristavite s 3 dl vode, pa kad zakipi pomalo uspite brašno, neprekidno miješajući. Miješajte na vatri da se zgusne. U mlako umiješajte jaja, razvaljajte na pobrašnjenoj dasci, narežite komade kojima omotajte oprane šljive. Spustite okruglice u kipuću vodu i kuhajte 5–10 min, ocijedite. Prelijte mrvicama isprženima na maslacu i pospite mješavinom šećera i cimeta.

srijeda

19

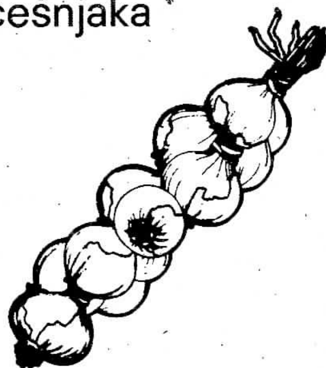
rujan – septembar

četvrtak

20

rujan – septembar

Pletenice luka i češnjaka



Nisu samo dekoracija! Glavice luka i češnjaka dobro će se očuvati ako ih ne nagurate u kutiju ili košaru, gdje neće imati prostora, nego ako svaka bude imala dovoljno zraka. Bit će najbolje spletete li ih u pletenicu. Osušite luk skupa s lišćem. Lišće pletite i pomalo uplićite nove glavice. Ispletene pletenice objesite u suhu kuhinju (gdje će biti ujedno i dekoracija), smočnicu ili u suhi podrum.

petak

21

rujan – septembar

subota

22

rujan – septembar

Ponutrica s povrćem

PRIPREMITE: 75 dag ponutrice od peradi, 8 dag mrkve, 8 dag peršunova i 4 dag celerova korijena, 3 dag luka, ulje, sol, papar, 6 dag brašna i 8 dag maslaca ili margarina za zapržak, 12 dag gljiva i 30 dag cvjetače.

Skuhajte cvjetaču, pa vodu u kojoj se kuhala odlijte, dodajte još vode u kojoj skuhajte ponutricu, očišćeni luk i korjenasto povrće. Posolite, popaprite. Skuhajte u što manje vode. Izvadite meso i usitnite ga, povrće spremite za drugu upotrebu. Načinite zapržak od maslaca i brašna, zalijte juhom u kojoj se kuhala sitnina, dodajte meso, cvjetaču i na ulju popržene gljive. Posolite, popaprite. Uz to poslužite pirjanu rižu ili okruglice od kruha.

nedjelja

23

rujan – septembar

ponedjeljak

24

rujan – septembar

Ajvar



PRIPREMITE: 5 kg mesnatih paprika, 1 kg patlidžana, 7,5 dl ulja, 5 režnjeva češnjaka, sol, papar, 2–3 žlice nerazrijeđenoga bijelog octa.

Paprike ispržite, ogulite i sameljite. Po želji dodajte koji feferon. Patlidžane ispecite u pećnici, ogulite i stavite na plastično sito da se cijede pola sata, ajvar će se brže upržiti. Sameljite tad i patlidžane, pa sve pržite na ulju, po potrebi možete staviti još. Kuhajte da dobijete gustu smjesu. Posolite je, popaprite, dodajte zgnječeni, nasjeckani češnjak i esenc od octa. Još malo kuhajte, pa kipuće stavljajte u manje staklenke i odmah zatvorite.

utorak

25

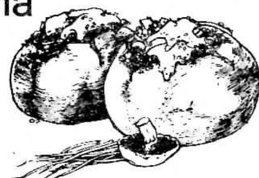
rujan – septembar

srijeda

26

rujan – septembar

Rajčice punjene gljivama



PRIPREMITE: 8 lijepih rajčica, 50 dag mljevenog mesa, 10 dag suhe slanine, 5 dag pršuta ili suhog mesa, sol, papar, 1 glavicu luka, 2 žlice ulja, 2 režnja češnjaka, po vezicu vlasca i peršunova lišća, malo mažurana, 1 jaje, 2–3 dl juhe, 8 malih odrezaka sira.

Opranim rajčicama izdubite sredinu i pomiješajte je s mesom i gljivama koje ste popržili na luku. Umiješajte još nasjeckanu slaninu i pršut, sol, papar, mažuran, usitnjeni peršun, češnjak i vlasac, te jaje. Time napunite rajčice, poslažite ih u nauljeni lim i pecite 30–35 min zalijevajući juhom. Tad na svaku rajčicu stavite sir i pecite još 10–15 min da se sir otopi. Odmah poslužite.

četvrtak

27

rujan – septembar

petak

28

rujan – septembar

»SVIJET« broj 20

Pita od čvaraka s jabukama

PRIPREMITE: 20 dag čvaraka, 20 dag brašna, 6 dag šećera u prahu, 1 žumanjak, sasvim malo soli, 1–2 žlice vrhnja, 2 dag kvasca (germe), 2 žlice mlijeka, 75 dag jabuka, 8 dag šećera za nadjev, 5 dag grožđica, bjelanjak za mazanje.

Zamijesite tijesto od samljevenih čvaraka, brašna, šećera u prahu, žumanjka, soli, vrhnja i uzašlog kvasa koji ste prije načinili od kvasca, mlijeka i sasvim malo šećera i brašna. Tijesto tri puta premijesite, pustite da stoji 1 sat. U međuvremenu ogulite i naribajte jabuke. Polovicu tijesta razvaljajte i stavite u navlaženi lim, odozgo pospite jabuke, pošećerite ih (količina šećera ovisi o tome koliko su jabuke slatke), pospite grožđicama. Pokrijte drugom polovicom razvaljanog tijesta, premažite bjelanjkom i ispecite na umjerenoj vatri.

subota

29

rujan – septembar

nedjelja

30

rujan – septembar

Mirišljivo ulje



PRIPREMITE: 1 litru maslinova ili običnog ulja ili mješavine pola-pola, 2 grančice ružmarina, 3 grančice kadulje, grančicu mažurana.

S malo spretnosti možete sami načiniti mirišljivo ulje kojim ćete začinjati salate i druga jela. Potrebna vam je staklenka širokoga grla, u nju ulijte ulje i stavite oprane i obrisane grančice začinskih biljaka. Nakon desetak dana ulje je spremno za upotrebu, a poslije samo dolijevajte svježe ulje. Po okusu možete staviti druge začinske biljke.

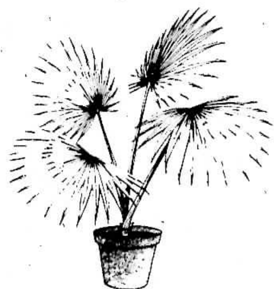
PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

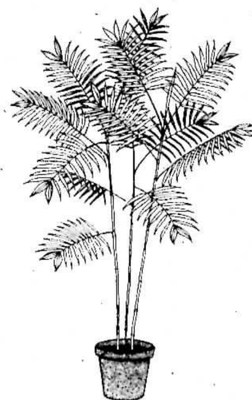
PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

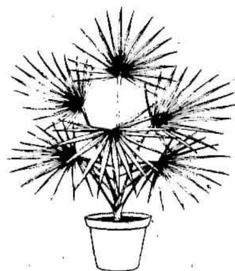
Palme, najmodernije biljke prošlosti











Palme ukrašavaju vrtove kuća blizu morske obale, a i tamošnji vikendaši žele imati barem po jednu na ulazu. I u drugim krajevima ove elegantne biljke nalaze svoj kut po stanovima da ga ukrase.

Palme su posebna porodica u biljnom svijetu, oblikuju grmove i velika stabla, a da pri tome nisu drveće u klasičnom smislu. Listovi su im veliki, šiljatih pupoljaka, a razvijaju se u zanimljive lepeze. Cvjetovi su skupljeni u krupne cvasti u pazušcima velikih listova, a najčešće se ničim ne ističu. Jasno je da je samo zbog lijepih listova palma tako omiljena, iako se više za njom ne luduje kao na prijelazu stoljeća.

Imaju palme još nekoliko osobina: vrlo su otporne, dobro uspijevaju u kući (ljeti i na terasi) kontinentalnih krajeva, iako su najljepši primjerci uzgojeni u toploj Dalmaciji. U makiji našega krša raste prekrasna žumara *(Chamaerops humilis)*, no sve ostale palme potječu iz dalekih, toplih krajeva.

Palma se vrlo lako razmnaža sjemenom, no nemojte biti nestrpljivi – raste polako, ali to je velika prednost kad je uzgajamo kao sobnu biljku. U prirodi će za nekoliko godina narasti u karakterističan oblik. Ako palmu držite u kući, pazite da zimi bude na hladnijemu mjestu (oko 10°C).

Mi se divimo palminoj ljepoti, ali u mnogim su zemljama one i važan izvor hrane, upotrebljavaju se kao ogrjev i kao građevni materijal. Od palmi se dobivaju vlakna i ulja, što se upotrebljavaju i u industriji.

Od poznatih približno 1500 vrsta palmi, na našem ih tržištu ima desetak, pa vjerujem da će svatko naći barem jednu koju će poželjeti uzgajati u svom domu. Netko će s mora donijeti tek izniklu palmicu, a drugi će u cvjećarnici potražiti neku od poznatih vrsta kao što su dražesna brdska palma *(Chamaedorea elegans)*, kencija *(Howeia belmoreana)* ili kokos palma *(Microcoelum weddellianum)*, prekrasnih listova.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

VANJSKA MASAŽA SRCA

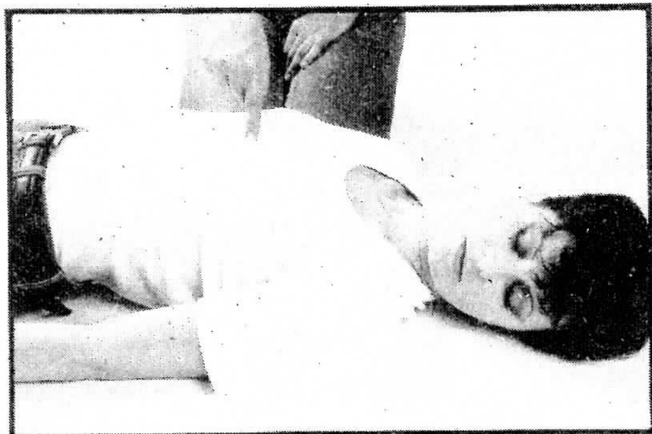
Masaža srca primjenjuje se jedino onda kad je srce prestalo raditi, a osnovni je njegov znak nestanak bila na arterijama (vratna arterija), razumljivo, osim onesvještavanja i prestanka disanja. Masaža srca odgovoran je i opasan zahvat i može ga izvoditi samo uvježbana osoba. Nastojte da na tečajevima prve pomoći Crvenog križa, civilne zaštite, u školi i slično, vježbom na lutkama ovladate tom spasonosnom vještinom.

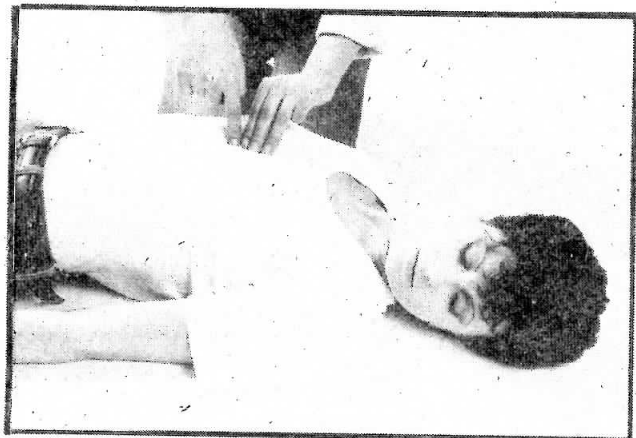
Da bi izveo ispravnu vanjsku masažu srca i tako ponovo uspostavio prekinuti krvotok, spasilac mora voditi računa o ovim važnim činjenicama: točnome mjestu pritiska, snazi pritiska te o brzini izvođenja, tj. frekvenciji pritiska.

Sl. 1, 2 i 3 – Pritisak se izvodi na donjem dijelu prsne kosti. Točno mjesto pritiska može se odrediti i preko odjeće. Napipa se vrh prsne kosti (1) i otprilike za dva do tri poprečna prsta iznad vrha prsne kosti mjesto je na koje se stavlja dlan (2 i 3).

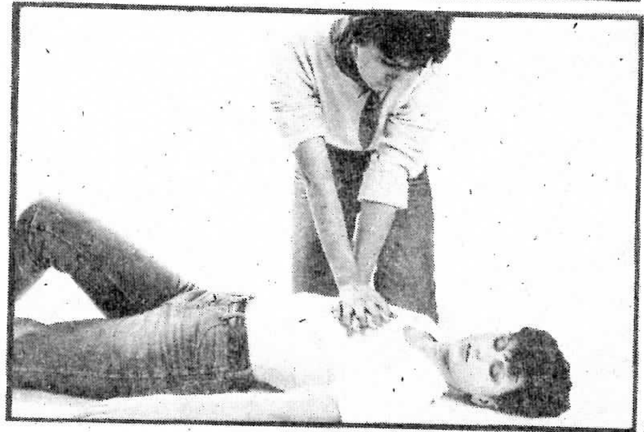
Sl. 4 – Izvede li se pritisak niže, može se oštetiti jetra, jer vrh prsne kosti leži nad njenim lijevim režnjem. Pritisak u stranu može prouzročiti prijelom rebra ili oštećenje organa smještenih u prsnoj ili trbušnoj šupljini. Laktovi spasioca moraju biti potpuno ispruženi, a u trenutku pritiska njegova ramena moraju biti iznad prsne kosti. U takvu se položaju može iskoristiti vlastita težina za pritisak koji mora biti snažan, kratak (za odraslu osobu treba iznositi oko 50 kilograma, a prsna se kost mora utisnuti 3 do 4 centimetra).

Sl. 5 – Najbolje je da u pružanju pomoći sudjeluju dvije osobe. Dok jedna izvodi vanjsku masažu srca sa 60 pritisaka u jednoj minuti, druga uspostavlja umjetno disanje usta na usta, upuhujući jedanput na svakih pet pritisaka na prsni koš, tj. 12 udisaja u minuti. Masaža srca ne prekida se za vrijeme upuhivanja zraka, nego se obje radnje izvode istodobno, svaka u svom ritmu.


1



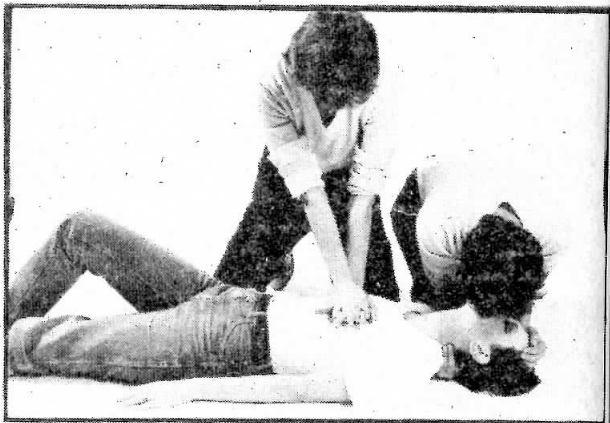
2



3



4



5

ponedjeljak

1

listopad – oktobar

utorak

2

listopad – oktobar

Punjeni šaran

PRIPREMITE: šarana teškog 1 kg, 10 dag riže, 15 dag kukuruznog brašna, 1/2 limuna, 1 glavnicu luka, vezicu peršunova lišća, mljevenu crvenu papriku, sol, ulje.

Na ulju ispržite nasjeckani luk, poprašite ga paprikom, dodajte rižu i propržite je. Zalijte je vodom i malo pirjajte (posolite). Očistite šarana. Ne sasvim gotovu rižu dodajte nasjeckani peršun, njome napunite šarana, otvor sašijte bijelim koncem. Šarana posolite uvaljajte u kukuruzno brašno, stavite u nauljeni lim i pecite na srednje jakoj vatri u pećnici da lijepo porumeni. Okrenite ga na drugu stranu i pecite još 10 minuta. Prije posluživanja odstranite konac kojim je bio sašiven.

srijeda

3

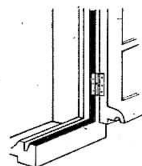
listopad – oktobar

četvrtak

4

listopad – oktobar

Sačuvajte toplinu!



Zagrijavanje stana nije jeftino, pa pripazite da vam toplina ne bježi nepotrebno na ulicu. Ako vrata i prozori ne priliježu u svoje ovkire postoji prostor kroz koji prodire hladan zrak. To možete spriječiti vrlo jednostavno – lijepljenjem posebne spužvaste vrpce. Dio okvira na koji ćete vrpcu prilijepiti (na crtežu je taj dio potamnjen) dobro operite, po potrebi i postružite staklenim papirom. Na tako glatku površinu prilijepite vrpcu. U proljeće je možete odstraniti jer će se vjerojatno oštetiti, pa u jesen prilijepite novu.

petak

5

listopad – oktobar

subota

6

listopad – oktobar

Uštipci s kremom (Princeze)



PRIPREMITE: za tijesto – 4 dag maslaca ili margarina, 11 dag brašna, 3 manja jajeta, malo soli, 2 dag šećera, 1 bjelanjak za mazanje; vanili-krema – 2 žumanjka, 5 dl mlijeka, 1 vaniliju ili 2 omota vanilin-šećera, žlicu-dvije škrobnog brašna, 5 dag šećera; tučeno slatko vrhnje.

Žumanjke dobro istucite sa šećerom, umiješajte škrobno brašno, zalijte mlijekom u kojemu ste prokuhali vaniliju, pa skuhajte na pari. Za tijesto pristavite 1/8 l vode s maslacem, solju i šećerom, u kipuće pomalo umiješajte brašno i tucite da se zgusne. U mlako umiješajte jaja. Neka stoji sat na hladnome. Na vlažni lim stavite hrpice tijesta, premažite ih bjelanjkom i ispecite. Ohlađene prerežite i napunite vanili-kremom i vrhnjem.

nedjelja

7

listopad – oktobar

ponedjeljak

8

listopad – oktobar

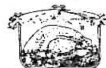
Jesensko pile u loncu



1 Pomiješajte 15 dag mljevenog mesa (propirjanoga na 1 glavici nasjeckanoga luka i 2 žlice ulja), 20 dag skuhanih, oguljenih i zgnječenih kestena, 10 dag nasjeckane suhe slanine, sol, papar, 1 režanj češnjaka (ustinjen) i 1 jaje. Time napunite pile.



2 U loncu na 5 dag masti propržite pile, izvadite ga. Dodajte 8 lučica, 4 narezane mrkve i 35 dag oguljenoga i narezanoga krumpira, pa propržite na masnoći bez tekućine.



3 Ponovo stavite pile u lonac, zalijte čašom bijelog vina i 1 dl juhe, zatvorite i kuhajte 15 minuta.

utorak

9

listopad – oktobar

srijeda

10

listopad – oktobar

Punjeni kelj

PRIPREMITE: glavicu kelja tešku oko 60 dag, 20 dag svinjetine od vratine, 20 dag skuhanoga suhog mesa, 1 žemlju, 3 dag masti, 5 dag luka, nekoliko grančica peršuna, 1 jaje, sol papar, malo mažurana, 10 dag suhe slanine; za umak – 4 dag maslaca ili margarina, 3 dag brašna.

Opranu glavicu kelja spuštite na 10 minuta u kipuću osoljenu vodu. Dok se isprži luk, polovicu odvojite, ostatku dodajte meso i propirjajte ga. Posolite, popaprite, dodajte mažuranu. Umiješajte samljeveno suho meso, namočenu i iscijeđenu žemlju, nasjeckani peršun, te jaje. Kelju između listova stavite nadjev, svežite glavicu uzicom. Ispržite u većoj posudi slaninu, dodajte odvojeni dio luka, na to kelj i pirjajte zalijevajući vodom od pečenja. Za umak zagrijite maslac, na njemu zažutite brašno i zalijte vodom od suhog mesa. Time prelijte kelj kad je zamalo gotov i skuhajte ga do kraja.

četvrtak

11

listopad – oktobar
Dan ustanka u SR Makedoniji

petak

12

listopad – oktobar

»SVIJET« broj 21

Okruglice od kupusa

PRIPREMITE: 20 dag brašna, 3 dag kvasca, 1 jaje, 2 dag maslaca ili margarina, sol, 1 manju glavicu kupusa, 5 dag masti, 2 dag šećera, 3 dag luka, sol, papar.

Od brašna, kvasca (unaprijed navlaženoga i uzišloga), jaja, otopljenog maslaca, soli i malo vode zamijesite tvrdo tijesto, pa razvaljajte da bude debelo kao mali prst. Na masti zažutite nasjeckani luk, poprašite ga šećerom, miješajte da dobije lijepu boju. Dodajte posoljeni i ocijeđeni nasjeckani kupus, pa ga ispirjajte. Popaprite. Nadjevom premažite tijesto, savijte ga kao savijaču, pa narežite na dva prsta široke komade. Svakako dobro stisnite oba kraja da nadjev ne bi ispadao, oblikujte ga u kuglicu i spustite u kipuću posoljenu vodu. Skuhane okruglice prelijte popрženim mrvicama ili isprženim lukom ili parmezanom.

subota

13

listopad – oktobar

nedjelja

14

listopad – oktobar

Bečka rolada



PRIPREMITE: 5 jaja, 10 dag šećera, 10 dag samljevenih lešnjaka, 2 omota vanilin-šećera; maslac i brašno za mazanje, šećer u prahu za posipavanje; za nadjev 31 dag maslaca, 32 dag šećera u prahu, 4 rebra naribane čokolade.

Tucite žutanjke sa šećerom, dodajte lješnjake, pa snijeg od bjelanjaca. Alu-foliju namažite maslacem i pospite brašnom, stavite u lim dovoljno velik da tijesto bude u tankom sloju. Ispečeno iskrenite na ubrus posut šećerom u prahu i odmah savijte. Neka se ohladi. Za nadjev dugo izrađujte maslac, onda umiješajte šećer i čokoladu, pa dalje miješajte. Ohlađenu roladu oprezno odvijte, premažite nadjevom i natrag zavijte. Izvana pospite čokoladom.

ponedjeljak

15

listopad – oktobar

utorak

16

listopad – oktobar

Za dječju sobu



Nered u dječjoj sobi ljuti odrasle ali djeca nisu uvijek za nj kriva, je nespretno im je slagati igračke. Rješenje su kvadrataste plastične posude dovoljno duboke da se u njih mogu nabacati kocke i druge igračke, brzo i djelotvorno. Plastika se lako pere, pa će vladati i higijena, a kad dijete poodraste, posude će dobro doći u kućanstvu.

srijeda

17

listopad – oktobar

četvrtak

18

listopad – oktobar

Žličnjaci od krupice

PRIPREMITE: juhu prema ukusu (govedsku, pileću ili bilo koju drugu bistru juhu), 1 žlicu masti, 4 žlice krupice (griza), malo soli, 1 jaje, 4-5 grančica peršuna.

Mast, krupicu i sol dobro izradite (po potrebi malo omekšajte mast ako je držite na hladnome). Kad je sasvim izmiješano, dodajte jaje, pa dalje miješajte žlicom da se poveže. Ako je jaje vrlo veliko, mješavina će biti premekana, pa možete dodati sasvim malo krupice. Umiješajte nasjeckani peršun. Neka stoji najmanje pola sata. Kad juha zavri, žličicu namočite u juhu i grabite žličnjake iz tijesta i stavljajte kuhati. Kuhajte 3-5 minuta pazeći da iznutra ne ostanu sirovi, ali da se ne raspadnu.

petak

19

listopad – oktobar

subota

20

listopad – oktobar

Francuska govedina s mrkvom



PRIPREMITE: 75 dag govedine, 15 dag suhe slanine za nabadanje, 1 teleću nogu, 2 dl bijelog vina, 1 cl rakije ili konjaka, 50 dag mrkvi, 10 dag luka, majčinu dušicu, lovorov list i vezicu peršunova lišća, sol, papar.

Govedinu nabodite slaninom. Kožicom i ostatkom slanine obložite lonac. Stavite oguljene, očišćene i narezane mrkve, na to narezani luk, pa govedinu i teleću nogu. Prelijte rakijom i zapalite, zalijte vinom, posolite i stavite sve začine. Zalijte juhom ili vodom, hermetički zatvorite i kuhajte 4 sata. Takva je govedina još bolja podgrijana.

nedjelja

21

listopad – oktobar

ponedjeljak

22

listopad – oktobar

Torta od kestena



PRIPREMITE: 6 jaja, 20 dag skuhanoga i protisnutog kestena, 14 dag šećera, 5 dag mrvica, 5 dl tučenog slatkog vrhnja, 3-5 dag šećera u prahu, 4 dag marmelade za mazanje, čokoladne mrvice.

Tucite žutanjke sa šećerom (14 dag) i u glatku smjesu umiješajte mrvice, polovicu kestena i snijeg od bjelanjaka. Ispecite u kalupu za torte i prorežite ohlađeno. U preostali kesten dodajte polovicu tučenoga vrhnja i šećer u prahu, time napunite tortu. Izvana je namažite marmeladom i ukrasite tučenim vrhnjem, pa pospite čokoladnim mrvicama.

utorak

23

listopad – oktobar

srijeda

24

listopad – oktobar

Alzaška juha

PRIPREMITE: 10 dag masti i 10 dag brašna za zapržak, vezicu zelenog peršuna, sol, papar, 20 dag krumpira, 5 dag skuhane leće, 10 dag skuhana suhog mesa.

Krumpir ogulite, narežite na kockice i skuhajte u posoljenoj vodi. Zagrijte mast, na nju uspite brašno i miješajte da dobije boju i poveže se. Na to stavite nasjeckani peršun i malo popržite, pa zalijte vodom u kojoj su se kuhali leća i suho meso. Pustite da dobro prokuha. Tada dodajte krumpir i leću, te suho meso narezano na kockice.

četvrtak

25

listopad – oktobar

petak

26

listopad – oktobar

»SVIJET« broj 22

Punjeni luk



1 Očistite 7 glavica luka, prelijte ih kipućom vodom, ocijedite, odrežite im poklopčić i izdubite. Izdubljeni dio nasjeckajte, propržite na ulju, dodajte 5 dag riža, propirjajte, dodajte 50 dag samljevenog mesa, sol i papar, pa time napunite luk, poslažite glavice u posudu.



2 Zalijte juhom u koju se dodali octa (da se luk ne raspadne) i skuhajte. U umak prije posluživanja dodajte mljevene crvene paprike i gustog vrhnja ili kajmaka, a po želji i malo brašna da se zgusne.

subota

27

listopad – oktobar

nedjelja

28

listopad – oktobar

Zečevina u umaku

PRIPREMITE: 2 zečja hrbata, 1 zečje stražnje noge, 15 dag slanine, sol, papar, 5 zrna borovnice (kleke), 8 dag mrkve, 10 dag masti, 8 dag peršunova i 4 dag celerova korijena, 6 dag luka, 1/16 l crnog vina, juhu, 10 zrna klinčića, 1 lovorov list, malo majčine dušice i naribanoga muškatnog oraščića, 3 dag brašna, limunov sok, 2,5 dl vrhnja, džem ili drhtalicu od brusnica za prilog.

Zečevinu dan prije trljajte limunovim sokom i pustite da odleži. Drugoga je dana nabodite slaninom. Na isprženi luk dodajte sve očišćeno i narezano korijenje, pa propirjajte. Dodajte sve začine i zečevinu, pa pirjajte podlijevajući juhom. Polumekanu zečevinu izvadite, sok prokuhajte da se ispari, pobrašnite. Kad brašno porumeni, zalijte vinom i juhom. Zakiselite limunovim sokom ili octom, stavite ponovo meso i dalje polako pirjajte. Zalijte vrhnjem dobro prokuhajte. Meso prelijte protisnutim umakom.

ponedjeljak

29

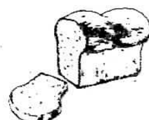
listopad – oktobar

utorak

30

listopad – oktobar

Okruglice od kruha



PRIPREMITE: 10 odrezaka bijeloga kruha, 8 dag masti, 1 dag luka, 1/2 dag peršunova lišća, razvodnjeno mlijeko za močenje (i do 5 dl, ovisno o suhoći kruha), 2 jaja, sol, 8 dag brašna.

Kruh narežite na što tanje odreske, zatim još na kockice, pa popržite na masti s ispržením lukom i peršunom. Neka postanu hrustave, pa ih prelijte mješavinom mlijeka, jaja i soli. Maknite s vatre i pustite da se dobro namoči. Po potrebi dodajte brašna, izmiješajte i oblikujte kuglice. Spustite ih u kipuću slanu vodu i kuhajte desetak minuta.

srijeda

31

listopad – oktobar

KUHANJE RIBA

Kuhane ribe mogu imati neugodan miris ako s njima ne postupite kako treba. Neke morske ribe, na primjer, mogu imati prejak miris, a to ćete ublažiti tako da ih prije kuhanja natopite limunovim sokom ili ih pustite da neko vrijeme leže u razvodnjenom mlijeku ili pooctenoj vodi (dakako, bolji je (vinski ocat).

Najjednostavnije je ribu skuhati samo u posoljenoj vodi, ali tad će joj biti nužan neki začinjeni umak. Stoga se najčešće u vodu prije kuhanja stavljaju različiti začini, ovisno o vrsti ribe i, dakako, pojedinačnim ukusima. Osobito neugodan miris imaju katkad slatkovodne ribe iz ribnjaka ako se ondje dovoljno ne kreću, nego se pretežno zadržavaju u mulju. Njih obavezno valja najprije držati u vodi ili rasolu, a prije kuhanja natrljati limunovim sokom. Isto je tako obavezno u vodu u kojoj se kuhaju staviti začine.

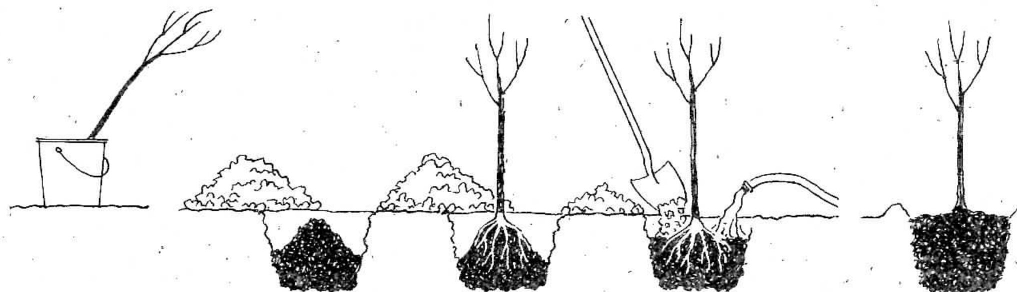
Za slatkovodne ribe uglavnom se pravi rasol od korjenastog povrća, luka, papra, te neke začinske biljke (majčine dušice, na primjer). Često se u rasol (i za morske i za slatkovodne ribe) stavlja malo vinskoga octa ili vina – bijeloga ili crnoga, ovisno o vrsti ribe. U rasol za morske ribe stavljaju se začinske biljke karakteristične za raslinstvo uz more: lovor, ružmarin, kadulju i druge. U rasolu može skuhati i riblje glave, ako ih režete s riba.

Riba se kuha u posebnim, dugoljastim posudama, ako želite da je skuhanu poslužite cijelu. Takva posebna posuda napokon ima rupičasti umetak na kojemu se riba kuha i s kojim je možete poslije lako izvaditi cijelu, da se ne raspadne. Ako ste prisiljeni ribu kuhati u običnoj posudi, omotajte je u čistu gazu ili krpu s pomoću koje ćete je poslije lakše izvaditi cijelu.

Riba se spušta uvijek u kipući rasol ili vodu, a skuhana se ostavi ohladiti u rasolu, da bi se meso natopilo mirisima.

Skuhanu ribu poslužite uz neki umak, morska se najčešće prolijte maslinovim (ponekad razblaženim običnim) uljem s nasjeckanim češnjakom i peršunom. Uza svaku je ribu dobro poslužiti kriškice limuna, da svatko nakapa soka koliko želi.

Sadnja grmlja, bjelogorice i crnogorice



Nekada, do prije nekoliko godina, vrijedilo je pravilo da se stablašice mogu saditi i presađivati samo u doba mirovanja, a to je značilo u kasnu jesen i rano proljeće. Kad bi se jesen oduljila u babje ljeto i lišće nipošto ne bi padalo da označi vrijeme za sadnju, a onda najednom pao snijeg ili, još gore, tlo se smrznulo, sadnja bi se odgađala za proljeće. Kako je ono u našim krajevima sasvim nepredvidivo, još su bili manji izgledi za dobru sadnju. Srećom, danas je to pojednostavljeno jer se u rasadnicima sadnice uglavnom isporučuju u sanducima s korijenjem ukorijenjenim u zemlju.

Bez obzira na to u kojemu ćete pakiranju donijeti sadnicu u svoj vrt, najprije valja pripremiti zemlju, tj. iskopati jamu veliku 1 × 1 m za srednje velike stablašice (i crnogoricu), a za grmlje nešto manju. Ovisno o odabranu mjestu, možda neće biti dovoljno prostora, pa ćete iskopati nešto manju jamu, ali svakako mora biti duboka 80 cm. U dno jame stavite sloj zemlje koju ste najprije iskopali, a oko sadnice najbolje je staviti kompost. Nastojte svakako nabaviti barem nekoliko lopata stajskoga gnoja, koji ne smije doći u dodir s korijenjem, nego ga odvojite slojem zemlje. Sadnicu smjestite u sredinu jame, zatrpajte je i dobro zalijte da se zemlja slegne do najsitnijeg korijenja. Bjelogorična stabla učvrstite kolcem. Ubodite ga okomito u zemlju i privežite uza sadnicu. Crnogorična stabla učvrstite koso utaknutim kolcem. Povremeno pregledajte vez sadnice i kolca (on ne smije oštetiti koru biljke). Redovito zalijevajte da bi sadnja uspjela što sigurnije.

Bjelogorične se stablašice često prodaju bez zemlje. Njih prije sadnje namočite u vodu na nekoliko sati. Pregledajte ih, pa oštrim škarama odrežite korijen koji je i najmanje oštećen.

Za svaki je posao potrebno znanje i iskustvo, ali za radove oko biljaka još i ljubav... pa to imajte na umu i kad sadite.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

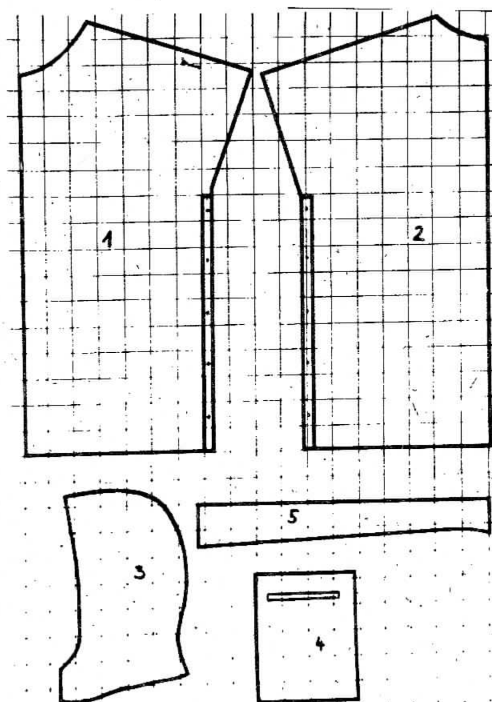
PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

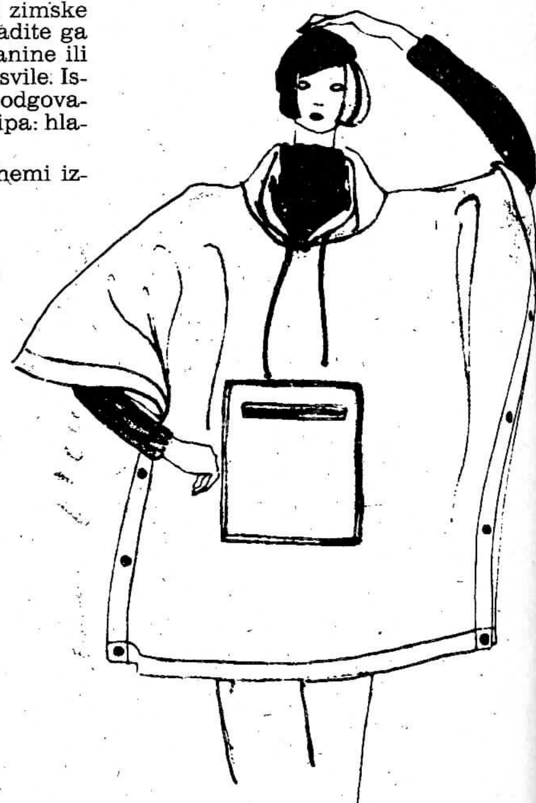
Pončo. . .



... za sve kasnojesenske i zimske dane, ali i za skijanje. Izradite ga ili od vodonepropusne tkanine ili od podstavljene balonske svile. Ispod ponča morate imati odgovarajuću odjeću sportskog tipa: hlače, džempere itd.

Stranica kvadratića na shemi iznosi 5 cm.

1 – 1/2 prednjice
2 – 1/2 leđa
3 – 1/2 kapuljače
4 – džep
5 – dio kapuljače



četvrtak

1

studeni – novembar

petak

2

studeni – novembar

Savijača od kupusa

PRIPREMITE: tijesto za savijaču, 1,5 kg kupusa, 15 dag masti, 2 glavice kupusa, sol, 3 dag šećera, papar, ulje za mazanje.

Sitno narežite kupus i posolite ga. Na ulju zažutite nasjeckani luk, poprašite ga šećerom i miješajte na vatri da sve potamni. Dodajte ocijeđeni kupus i pirjajte da omekša. Dobro ga popaprite, jer nadjev mora biti oštar. Tijesto za savijaču navlažite s malo vode i zamastite uljem, stavite na nadjev, savijte savijaču i stavite u nauljeni lim. Odozgo premažite uljem i pecite da bude hrustavo.

subota

3

studeni – novembar

nedjelja

4

studeni – novembar

Hladetina u tanjuru

PRIPREMITE: 6 svinjskih nožica, 1/2 kg svinjetine (s glave ili plećke), 1/8 l vinskog octa, 4 dag celerova te po 8 dag peršunova i mrkvina korijenja, 4 dag luka, sol, 10 zrna papra i 10 zrna začina, 1 lovorov list, malo majčine dušice, 4-5 režnja češnjaka; ocat i ulje za posluživanje.

U dvije litre vode stavite sve očišćeno povrće i začine, ocat, te rasječene nožice i narezano meso. Skuhajte da sve bude sasvim mekano. Meso izvadite, juhu ohladite i s nje odstranite svu masnoću. U tanjure poslažite narezano meso i nožice, po želji i povrće, zalijte juhom. Stavite na hladno da se stvrdne. Uz hladetinu poslužite ocat i ulje da si svatko začini po ukusu.

ponedjeljak

5

studeni – novembar

utorak

6

studeni – novembar

Bosanska zelena čorba

PRIPREMITE: 1/2 veće glavice luka, ulje, vezicu peršunova lišća, 3 mrkve, šaku lišća špinata, 1-2 dag tankih rezanaca za juhu (fidelina – šehrije), sol, papar, 1 jaje, 1 litru juhe.

Na masnoći propržite nasjeckani luk, dodajte nasjeckani peršun te oguljene i na kokice narezane mrkve. Pirjajte da sve malo omekša, pa zalijte juhom. Neka malo vri, onda dodajte rezančiće, te sitno nasjeckani (sirovi) špinat. Kuhajte da sve omekša. U zdjelici istucite jaje da se povežu žumanjak i bjeljanjak, pa to polako ulijevajte u juhu neprekidno miješajući da se jaje ne bi zgusnulo. Provjerite treba li još soli i papra (juha, kojom ste zalili, već je začinjena).

srijeda

7

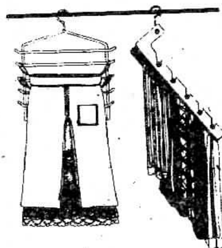
studeni – novembar

četvrtak

8

studeni – novembar

Neobične vješalice



Odjeća u ormaru mora imati dovoljno mjesta da se ne bi zgužvala, a prostora je malo! Od različitih rješenja, kojima se nastoji doskočiti toj neprilici, predlažemo dva: jedno je vješalica u nizu s izbočinama s obje strane, na koju možete vrlo uredno povješati suknje. Drugo je kosa vješalica s drvenim prečkama preko kojih se prebacuju hlače. Prečke moraju biti dovoljno debele da ne ostavljaju trag, a kako se hlače gotovo ne dodiruju, neće se ni zgužvati.

petak

9

studeni – novembar

»SVIJET« broj 23

subota

10

studeni – novembar

Habsburška juha

PRIPREMITE: 1/2 veće kokoši, sve povrće za juhu; za zapržak – 8 dag maslaca ili margarina i 8 dag brašna, sol, 6 dag gljiva i 2 dag maslaca za njihovo prženje, 7 dag skuhanoga graška (može iz konzerve), 1 žumanjak, 1/16 l vrhnja, žličnjake od krumpira, sol, papar u zrnu za juhu.

Skuhajte kokoš s povrćem i začinima da dobijete 2-2,5 l juhe. Posebno ispirjajte očišćene i narezane gljive na maslacu, a posebno načinite zapržak od maslaca i brašna. Zalijte ga juhom, dodajte koliko treba soli i dobro prokuhajte. Dodajte gljive. Grašak protisnite, pomiješajte sa žutanjkom i vrhnjem pa dodajte u kipuću juhu prije posluživanja (ne smije ponovo provreti!) zajedno sa sitno nasjeckanim kokošjim mesom, te posebno skuhanim žličnjacima.

nedjelja

11

studeni – novembar

ponedjeljak

12

studeni – novembar

Začinjeni jastučići



1 Sameljite 30 dag ostataka kuhanoga ili pečenoga mesa i 10 dag mesnate suhe slanine. Dodajte naribanu kiselu jabuku, 2-3 režnja češnjaka, sol, papar, 1-1,5 žličicu nasjeckane metvice (mente, nane) i 1 jaje.

2 Stavite dobiveni nadjev u sredinu svakoga komada razvaljanoga lisnatog tijersta, podignite i slijepite suprotne kutove da dobijete trokutaste jastučiće malo ih pritisnite da stoje usparavno. Premažite ih tučenim jajetom.

3 Pecite ih 20-30 min u zagrijanoj pećnici i poslužite tople. Za **duboko smrzavanje** slažite jastučiće jedan do drugoga, a svaki odijelite masnim papirom, dakako – sirove. Još zamrznute stavite peći na jaču toplinu i pecite 40 minuta.

utorak

13

studeni – novembar

srijeda

14

studeni – novembar

Pita s masti

PRIPREMITE: 5 dl brašna, 20 dag masti, 1 limun, 2 žutanjka, 4 žlice šećera, malo soli, 1-2 žlice vrhnja ili vina nadjev po želji (od jabuka, sira i sl).

Ovo je tijesto vrlo prhko i ukusno. Najprije razmrvite brašno s masti, dodajte naribanu koricu i sok od limuna, žumanjke, šećer, sol i vrhnje. Dobro izradite tijesto, pa ga stavite da se odmara na hladnome pola sata. Podijelite na pola, svaku polovicu razvljajate, jednu stavite u lim i napola ispecite, tad stavite nadjev, pokrijte drugom polovicom i ispecite do kraja. Ako radite nadjev od jabuka, dodajte mu cimeta i grožđice ili naribane dvije manje dunje ili šaku-dvije oraha.

četvrtak

15

studeni – novembar

petak

16

studeni – novembar

Pohani sir



PRIPREMITE: 40 dag sira, brašno, jaje i mrvice za pohanje, ulje (i malo maslaca); za tartar-umak – 1 jaje i 2 žutanjka, 5 dl ulja, sol, papar, limunov sok, malo vina, komadić luka, te različite začinske biljke (peršun, majčinu dušicu, kozalac, mažuran i sl.).

Najprije za tartar-umak pripremite sve sastojke koji moraju biti jednake, sobne temperature. Tucite jaje i žutanjke, pa pomalo, kap po kap, dolijevajte ulje. Posolite, malo poparite, zakiselite s malo limunova soka i dodajte sasvim malo vina da umak bude lakše probavljiv. Sve začinske biljke dolaze u malim količinama, dodavajte ih malo-pomalo i probajte, da nijedan miris ne prevagne. Sir narežite na ploške, uvaljajte ga u brašno, razmućeno jajce i mrvice, pa popohajte. Poslužite odmah, kipuće, da sir bude napola rastopljen (od stajanja će se opet stvrdnuti).

subota

17

studeni – novembar

nedjelja

18

studeni – novembar

Punjena purica



PRIPREMITE: 1 mladu, malu puricu, 25 dag suhe slanine, 20 dag svježih ili 5 dag suhih gljiva, mast, 1 list lovora, malo mažurana, sol, papar.

Suhe gljive namočite dan prije. Svježe (ili namočene suhe gljive) narežite, pa dodajte slanini koju ste narezali na kockice i ispržili na masti. Ispirjajte gljive (oko 20 min), posolite ih, popaprite, dodajte im lovor i mažuran, pa maknite s vatre. Mlakim gljivama napunite puricu, zatvorite čačkalicom otvor i držite je na hladnome barem 1 dan da se meso prožme miriso gljiva i začina. Onda puricu obložite ploškicama suhe slanine, zavežite ih čistom uzicom, pa polako pecite u pećnici podlijevajući s malo vode i vlastitim sokom. Prije posluživanja odstranite uzice i čačkalice.

ponedjeljak

19

studeni – novembar

utorak

20

studeni – novembar

Zašto kolač nije uspio?



Kolač će uspjeti ako se točno držite omjera sastojaka u receptu, te ako ga pripremate upravo onako kako ondje piše. Prerijetko će tijesto prenaglo narasti, a onda će splasnuti (crtež 1). Pregusto se tijesto neće podići. Otvorite li prenaglo pećnicu dok se kolač peče, tijesto može splasnuti u sredini (crtež 2), a nepravilno podignuti kolač može značiti da pećnica nejednolično peče. Svakako prije pečenja provjerite stoji li rešetka u pećnici ravno , a lim ili kalup s kolačem uvijek stavite u sredinu pećnice. Ako se kolač lijepo podigao ali u njemu ima povelikih šupljina (rupa), zacijelo ste nakon davanja tijesta prejako tukli smjesu (što ne vrijedi za tijesto s kvascem).

srijeda

21

studeni – novembar

četvrtak

22

studeni – novembar

Jetra u košuljici

PRIPREMITE: 1 janjeću jetru, 1 janjeću košuljicu (maramicu, mrežicu), sol, papar, 4-5 režnja češnjaka.

Maramicu dobro operite i narežite na komade. Jetru također narežite na komade dovoljno velike da svaki možete omotati komadom maramice. Takve omote pržite na tavici ili – bolje – na roštilju. Komadi ne smiju biti preveliki, da ne bi iznutra jetra ostala sirova. Kad maramica lijepo porumeni, i jetra će biti pečena. Prije posluživanja posolite, popaprite i pospite nasjeckanim češnjakom.

petak

23

studeni – novembar

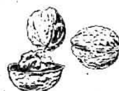
»SVIJET« broj 24

subota

24

studeni – novembar

Prutići od oraha



PRIPREMITE: 3 bjelanjka, 25 dag šećera u prahu, 25 dag sitno samljevenih oraha.

Od bjelanjaka istucite vrlo čvrsti snijeg i podijelite ga u dva dijela. U jedan dio umiješajte orahe. taj dio stavite u namašteni i pobrašnjeni lim, a odozgo premažite onim drugim, bijelim dijelom. Pecite na tako slaboj vatri da se više suši nego li peče, vrlo dugo, tako bi se smjesa stvrdnula. Hladno narežite na prutiće.

nedjelja

25

studeni – novembar

ponedjeljak

26

studeni – novembar

Bosansko meso s porilukom



PRIPREMITE: 60 dag teletine ili mlade ovčetine, 80 dag poriluka (važite bez odrezanog gotovo cijeloga zelenog dijela), 60 dag krumpira, 10 dag suhe slanine, 2 režnja češnjaka, sol, papar, žlicu vinskog octa, sol, juhu.

Slaninu narežite na kockice i u tavici toliko pržite da postanu staklaste. Poriluk narežite na široke rezance, krumpir ogulite i narežite na kockice, a meso na malene komade. Sve to stavite u posudu (najbolja je zemljana), dodajte sol, papar, nasjeckani češnjak, ocat i toliko juhe da bude pokriveno. Poklopite i kuhajte na laganoj vatri da omekša.

utorak

27

studeni – novembar

srijeda

28

studeni – novembar

Svinjski kotleti s kimom

PRIPREMITE: 1,5 kg svinjskih kotleta, 5 dag brašna, sol, kim (kumin), mast i ulje za prženje, malo juhe.

Svinjski kotleti moraju biti tanko narezani (to je osobito važno za dio uz kosti, koji nipošto ne smije biti debeo). Zarežite ih na rubu na nekoliko mjesta, istucite, posolite. Jednu stranu uvaljajte u brašno i spustite na zagrijanu mješavinu ulja i masti tako da na mast dođe ta, pobrašnjena površina. Onda odreske pospite kimom, pa okrenite i ispržite na drugoj strani. U sok dolijte juhe, prokuhajte i time prelijte odreske. Umak možete načiniti drugačije: odstranite masnoću, zalijte juhom i prokuhajte, pa dodajte malo maslaca.

četvrtak

29

studeni – novembar

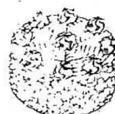
Dan republike

petak

30

studeni – novembar

Torta od badema



PRIPREMITE: 8 jaja, 28 dag šećera, 34 dag badema, 6 dag mrvica, 2 vanilin-šećera; za nadjev: 4 jaja, 2 žlice škrobnog brašna, 3 žlice šećera, 5 dl mlijeka, šaku badema, 10 dag maslaca; badem za ukras.

Od badema za tijesto izdvojite 6 dag, pa ih grublje narežite. Preostale prelijte kipućom vodom, ogulite i sameljite. Tucite žutanjke sa šećerom, bademe, mrvice te snijeg bjeljanka od jaja za nadjev. Ispecite u tri lista. Za nadjev pomiješajte žutanjke sa šećerom, dodajte škrobno brašno, umiješajte mlijeko i skuhajte na pari. U ohlađeno dodajte izrađeni maslac. Tom kremom slijepite tortu, omažite je i izvana i ukrasite listićima badema.

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI									IZDACI								
OSOBNI DOHODAK									STANARINA								
OSOBNI DOHODAK									VODA								
OSOBNI DOHODAK									ELEKTRIKA								
MIROVINA									PLIN								
MIROVINA									GRIJANJE								
DJEČJI DODATAK									RTV								
STIPENDIJA									TELEFON								
DRUGI STALNI PRIHODI									OSIGURANJE								
									ZAJAM								
									OSTALI IZDACI								
IZVANREDNI PRIHODI																	

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

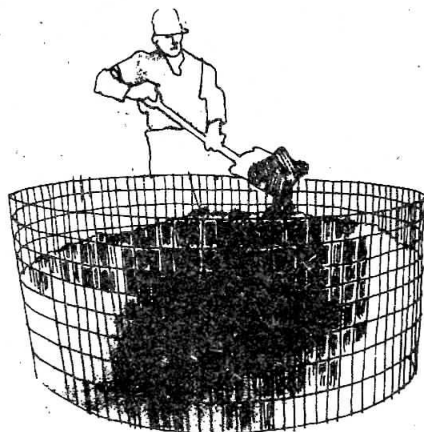
IZDACI									IZDACI								

Kompost za lijepi vrt

Bez dobrog komposta nema lijepog vrta! Humus je organska tvar u tlu, od koje uspješno rastu i napreduju biljke, a kompost je najbogatiji humusom. Zato je neobično važan za svaki vrt, a osobito za povrtnjak u kojemu želite uzgojiti zdravo povrće sa što manje kemije.

Kompost se dobiva raspadanjem organskih otpadaka uz rad mikroorganizama. Na kompostište možete stavljati različite otpatke, najčešće iz samog vrta i domaćinstva – to su ostaci hrane, kojekakvo lupinje od povrća, čak i neupotrebljiva iznutrica peradi ili riba, te suvišne masnoće. No, otpatke dobro pregledajte, pa u kantu za smeće bacite svu limenu, staklenu ili plastičnu ambalažu, te dijelove povrća zaražene nekim bolestima. Posljednjih se godina neki vraćaju grijanju na drva i ugljen, a piljevina od piljenja i cijepanja drva, te pepeo također su dobri za stvaranje komposta. Tko gradi ili preuređuje kuću, može na kompostište dodati mnoge otpatke i zaostatke od gradnje: pijesak, žbuku, vapno.

Najviše otpadaka dobit ćemo u samome vrtu. Upravo na primjeru stvaranja komposta možemo se uvjeriti u neuništivost materije koja samo mijenja oblik i funkciju, ali uvijek je ovdje... U svako doba godine, osim kad nas ometu duboki snijeg i led, neprestano plijevimo, okopavamo, sadimo, presađujemo, čupamo i uvijek iza sebe ostavljamo nemale hrpice korova i druge zelene mase. S njom ravno u kompostište! Dakako, najprije je dobro pregledajte, zaražene dijelove oboljelih biljaka spalite, pa ih tek kao pepeo bacite na kompostište. Pazite da ne bacite korov sa zrelim sjemenjem, jer ćete uz dobar kompost dobiti i rasadnik korova.



Kompostište smjestite na kraju vrta, u sjeni. Najčešće takva hrpa otpadaka ne izgleda lijepo, pa je sakrijte iza većega grma ili ispred nje posadite neku penjačicu (npr. ukrasni hmelj) da je obraste. Najbolje je načiniti »ogradu« od žičane mreže ili letvica, u koju ćete ubacivati otpatke. Na dno stavite sloj lišća, a idealno je između slojeva otpadaka stavljati slojeve zemlje, stajskoga gnojiva i piljevina, pa opet lišće itd. Hrpu visoku 1 m pokrijte zemljom, pa prevrnite nakon mjesec dana da ubrzate rad mikroorganizama miješanjem različitih sastojaka. Kompostište treba uvijek biti vlažno, pa ga povremeno zalijevajte (najbolje bi bilo – gnojnicom). Na 1 m^3 dodajte i desetak kg živog vapna. Cijelu hrpu prebacujte nekoliko puta na godinu. Kompost zri oko dvije godine, a dobro je i da promrzne.

Zreli kompost je tamnosmeđ, mrvičast, dobro drži vodu, a kad ga dodajete tlu, poboljšavate mu fizičke osobine i mikrobiološku aktivnost. Dodavanjem mineralnoga gnojiva ili stajskoga gnoja povećavate hranjivu vrijednost komposta.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede

ŠTEDNJA

Rasvjeta

● Televiziju možete gledati sa sasvim malim osvjetljenjem prostorije. Žarulja od 25 W (vati) dovoljna je, a u danima povećane štednje električne energije – možemo i bez nje.

● Kad kupujete svjetiljke sa sjenilom, vodite računa o tome da se zbog sjenila ne gubi jačina osvjetljenja. Najprikladnija je boja žuta, a svjetiljke s brušenim kristalnim sjenilima daju ugodnu opću rasvjetu prostorije, zgodno lome svjetlo i ne blješte. Sjenilo izrađeno od drveta može poslužiti samo kao ukras, ali nije pogodno ako želimo dobro osvijetliti prostoriju.

● Razmislite gdje vam je potrebna jača a gdje slabija rasvjeta. Nije nužno da npr. u spavaćoj sobi imate jaku opću rasvjetu.

● Obratite pažnju na čistoću žarulja i sjenila, jer prašina na njima smanjuje svjetlosni tok.

● Ako su zidovi svijetli, mogu se upotrijebiti slabije žarulje.

● Na samo dvije žarulje od 100 W koje nepotrebno gore pet sati izgubit ćete i do 30 kWh električne energije, a to je jednako mjesečnoj potrošnji hladionika od 150 do 200 litara.

● Znate li da televizijski prijemnik u boji troši na mjesec 2,5 puta više električne nego crno-bijeli?

ČUVAJTE SE PLINA

Imate li plinski štednjak, bojler, plinsku svjetiljku ili slično, uvijek morate pripaziti kad ulazite u tu prostoriju. Ako se iole osjeti »čudan« miris, ne palite šibicu i ne izazivajte bilo kakav električni kontakt odnosno ne dirajte strujni prekidač! Moglo bi doći do eksplozije plina.

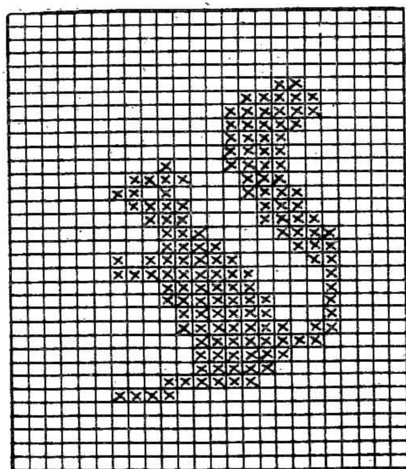
Velika je zabluda da eksplodira plinska boca, eksplodira samo plin u prostoriji.

Pažljivo rukujte s plinskim štednjakom koji ima električno paljenje. Ako ste »iskru« stisnuli pet, šest puta a plin se nije upalio, sačekajte malo da se plin raziđe. U protivnom mogao bi skočiti veliki plamen i spržiti vam oči ili neki drugi dio tijela.

Plin sam po sebi nema mirisa, pa se zato, da biste ga prepoznali u njega ubacuje toliko karakterističan miris. Dakle, ako ste ga osjetili, prvo rastvorite prozore u prostoriji, a onda ispitajte sve plinske pipce. To je najsigurniji način da se zaštitite od neželjenih posljedica.

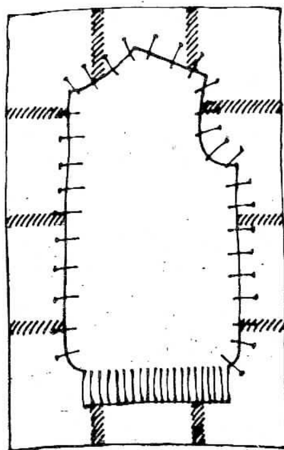
Uzorak

Vesela vjeverica vezena na tkaninu ili na vunene predmete bodom križića bit će ukras koji će osvježiti dječju garderobu, stolnjak, ubrus, pregaču.

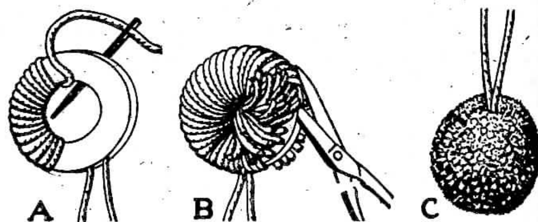


Nakon pletenja

Ispleteni predmet razvucite prema kroju, učvrstite pribadačama i izglačajte preko vlažne krpe.



Pomponi



Kako ćete izraditi pompon? Od čvrstog kartona izrežite dva jednaka kruga; o njihovoj veličini ovisi veličina pompona. Izrežite sredinu tih kartona tako da dobijete prsten; što je kružnica u sredini veća, to ćete moći provući više niti vune, pa će pompon biti puniji. Spojite dva kartona i provlačite vunu kroz rupicu vrlo gusto (A). Kad ispunite, završite iglom; uvucite vrh škarica između dva kartona (B) i izrežite niti između kartona. Odijelite ih tako da između dva kartona ovijete dvostruku ili trostruku nit vune (C). Čvrsto stisnite i zavežite te niti u čvor. Tom niti što vam ostane prišijte pompon, odstranite kartone i izjednačite niti vune.

subota

1

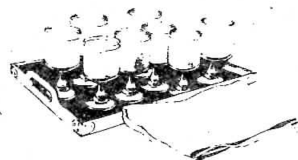
prosinac – decembar

nedjelja

2

prosinac – decembar

Punč s jajima



PRIPREMITE: 3 žumanjka, 3 dag šećera u prahu, 2,5 dl slatkog vrhnja, 1/2 čašice likera od vanilije, čašicu ruma.

Slatko vrhnje procijedite i malo zagrijte, dodajte rum i liker od vanilije (ili neki drugi, ne jakog mirisa). Posebno tucite žumanjke sa šećerom da se zapjene, pa ih pomiješajte s vrhnjem. Smjesu stavite na paru i kuhajte da se zgusne. Cijelo vrijeme tucite žicom za tučenje snijega. Topli napitak rastočite u zagrijane šalice i odmah poslužite.

ponedjeljak

3

prosinac – decembar

utorak

4

prosinac – decembar

Grah sa suhim jezikom

PRIPREMITE: 25 dag graha, 1 veći ili 2 manja suha jezika, 2 dl ulja, 20 dag luka, 2-3 režnja češnjaka, sol, papar, mljevenu crvenu papriku, ocat.

Dan prije namočite grah, pa ga drugoga dana pristavite u svježu vodu. Kad provri, odlijte vodu, zalijte svježom i dodajte jezike da se kuhaju skupa. Na ulju ispržite nasjeckani luk, pospite ga mljevenom crvenom paprikom, posolite i popaprite. Maknite s vatre. Ohlađeni grah stavite u zdjelu, dodajte ohlađeni luk, nasjeckani češnjak, jezik narezan na kockice, pa začinite octom i uljem. Dobro promiješajte. Poslužuje se hladno.

srijeda

5

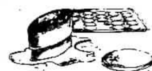
prosinac – decembar

četvrtak

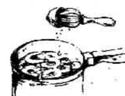
6

prosinac – decembar

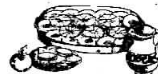
Pozlaćene jabuke



1 Ostatke tijesta razvaljajte, izrežite oblike, ispecite i uvaljajte u šećer.



2 Oguljenim jabukama izdubite sredinu, narežite ih na kolute i skuhajte. Zasladite marmeladom od marelica, koja će dati i zlaćanu boju, pa dodajte nekoliko kapi limunova ili narančina soka.



3 Poslažite jabuke na pladanj, prelijte sokom, ukrasite kolutima oguljene naranče ili limuna, pa poslužite s kolačićima.

petak

7

prosinac – decembar

»SVIJET« broj 25

subota

8

prosinac – decembar

Krem-juha od suhoga graška

PRIPREMITE: 2,5 dg suhoga graška (polovice), 2 dl mlijeka, sol, papar, 5-7 dag suhe slanine.
Grašak dan unaprijed namočite i skuhajte u slanoj vodi. Onda ga protisnite i dolijte malo vode u kojoj se kuhao, a zatim toplo mlijeko. Vratite na vatru i pustite da zavri.
U međuvremenu narežite suhu slaninu na što sitnije kockice i stavite u tavicu, pa na vrlo slabu vatru da se proprži. Tu slaninu dodajte juhi koja mora biti dovoljno gusta, jer se u nju ne stavlja nikakva tjestenina. Provjerite je li dovoljno slana i popaprite je. Ako je juha prerijetka, možete dodati žličicu-dvije škrobnoga brašna, rastopljenoga u malo vode, pa pustite da juha dobro provri.

nedjelja

9

prosinac – decembar

ponedjeljak

10

prosinac – decembar

Varenac od cvjetače



PRIPREMITE: 1 glavicu cvjetače, 10 dag šunke, 2 jaja, malo ukuhane rajčice, malo limunova soka ili octa; za umak – 3,5 dag maslaca ili margarina, 3 dag brašna, 5 dl mlijeka, sol, papar, malo vrhnja; maslac i mrvice za kalup.

Cvjetiće cvjetače spustite u kipuću, slanu i malo zakiseljenu vodu. Zgnječite ih u kašu, dodajte joj nasjeckanu šunku, sol, papar, malo rajčice i nekoliko žlica umaka da dobijete gušću smjesu. Ulijte u maslacem namazan i mrvicama posut kalup i skuhajte na pari, pa poslužite prelivenо umakom. Za umak načinite od maslaca i brašna svjetli zapržak, zalijte ga mlijekom i s toliko vode u kojoj se kuhala cvjetača da ne bude pregust. Neka dobro provri. U dio kojim prelijevate varenac dodajte vrhnje.

utorak

11

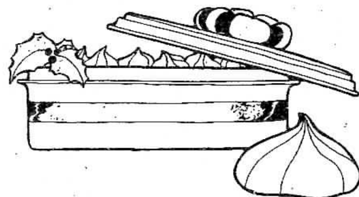
prosinac – decembar

srijeda

12

prosinac – decembar

Poljupci s lješnjacima



PRIPREMITE: 4 bjelanjka, 28 dag šećera, 28 dag lješnjaka, 1-2 vanilin-šećera.

Stucite snijeg od bjelanjaka, umiješajte mu šećer, pa kuhajte na pari da se šećer otopi. Umiješajte samljevene lješnjake. Na namazanom limu oblikujte poljupce (štrcaljkom) i pecite na najslabijoj vatri, da se manje-više suše. Izvadite dok su još malo mekani, pa ih do kraja osušite na toplome zraku.

četvrtak

13

prosinac – decembar

petak

14

prosinac – decembar

Punjeni odresci

PRIPREMITE: 8 telećih ili svinjskih odrezaka, 15 dag mljevenog mesa, 3 kriške kruha, 5-6 maslina, 2 glavice luka, 5-7 dag suhe slanine, sol, papar, mljevenu crvenu papriku, malo brašna, ulje, 2 žlice ukuhane rajčice, 2 dl bijelog vina, juhe, 2-3 oguljene rajčice (sirove ili konzervirane), žlicu maslaca, vezicu peršunova lišća; tjesteninu za prilog.

Za nadjev propržite sitno nasjeckanu slaninu, na tome ispržite glavicu nasjeckanog luka i mljeveno meso. Dodajte nasjeckane masline, sol, papar, te namočeni i ocijeđeni kruh. Odreske dobro istucite, posolite, popaprite i premažite nadjevom. Savijte ih i svežite koncem, naprašite paprikom, uvaljajte u brašno i naglo ispecite sa svih strana. Na masnoći ispržite preostali luk (nasjeckan), stavite opet odreske, pa pirjajte zalijevajući vinom i juhom. U umak dodajte maslac, narezane rajčice i nasjeckani peršun. Prokuhajte i time prelijte odreske.

subota

15

prosinac – decembar

nedjelja

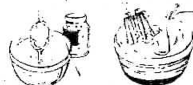
16

prosinac – decembar

Torta sa suhim voćem



1 Ispecite tortu od miješavine 4 žutanjka, 30 dag šećera i 10 žlica vode (dugo miješajte), 20 dag brašna, 15 dag grubo samljevenih lješnjaka i 1/2 praška za pecivo. Prorežite je u 3 lista.



2 U 4 dl istučenoga slatkog vrhnja dodajte meda po ukusu i malo ruma.



3 Dodajte nasjeckane suhe smokve, suhe šjive, datule i grožđice, lješnjaka i oraha, pa time nadjenite i omažite tortu.

ponedjeljak

17

prosinac – decembar

utorak

18

prosinac – decembar

Pita od mrkve

PRIPREMITE: za tijesto – 25 dag brašna, 10 dag masti, 3 žlice vrhnja, sol; za nadjev – 50 dag mrkve, 3 glavice luka, 2 jaja, sol, papar, ulje, peršunovo lišće.

Na ulju ispirjajte nasjeckani luk, dodajte očišćene i naribane mrkve (na ribež za jabuke). Polako pirjajte da sve lijepo omekša, pa posolite i poprilično popaprite (mrkva je slatkasta). Dodajte nasjeckani peršun. Za tijesto izmrvite mast s brašnom, dodajte sol i vrhnje da dobijete glatko tijesto. Dok se nadjev hladi, neka tijesto stoji na hladnome. Polovicu tijesta razvaljajte i stavite u lim, pa napola ispecite. Pokrijte nadjevom, preko njega stavite drugu polovicu razvaljanog tijesta, nabockajte vilicom i ispecite da dobije lijepu boju. Odmah poslužite uz salate.

srijeda

19

prosinac – decembar

četvrtak

20

prosinac – decembar

Provansalsko pile s češnjakom



PRIPREMITE: 1 veće pile, 20 dag maslinova ulja, nekoliko grančica dušice, 2-3 lista lovora, nekoliko grančica ružmarina i žalfije, vezicu zelenog peršuna, listić-dva celera, sol, papar, 40 režnjeva češnjaka.

Pile očistite, operite i posolite, te popaprite izvana i iznutra. U unutrašnjost stavite otprilike trećinu začinskih biljaka i svih 40 režnjeva češnjaka koje ste samo razdvojili i oprali (dakle, neoguljene). Stavite u vatrostalnu posudu, prelijte uljem, okružite preostalim biljkama i hermetički zatvorite (tijestom slijepite poklopac). Pecite sat i pol.

petak

21

prosinac – decembar

»SVIJET« broj 26

subota

22

prosinac – decembar

Domaći keksi



PRIPREMITE: 50 dag glatkoga brašna, 20 dag svinjske masti, 10 dag šećera, 3 žumanjka, 1/2 limuna, šećer u prahu.

Izmrvite mast s brašnom, dodajte naribanu koricu i sok od limuna, šećer i žutanjke. Dugo mijesite da dobijete glatko tijesto, razvaljajte ga i izrezujte različite oblike. Pecite na srednje jakoj vatri i, čim su pečeni, uvaljajte ih u šećer. Kekse možete odozgo premazati bjelanjkom i posuti samljevenim orasima prije pečenja. Isto tako možete ih ispečene dva po dva slijepiti nekim pekmezom.

nedjelja

23

prosinac – decembar

ponedjeljak

24

prosinac – decembar

Pileća jetra u umaku

PRIPREMITE: 8 pilećih jetara, glavicu luka, 1 dl jake govedske juhe, 1 dl vina, žličicu-dvije gusto ukuhane rajčice, žličicu škrobnog brašna, sol, papar, ulje.

Narezanu jetru naglo ispržite na ulju, pa izvedite i držite na toplomu. Na masnoći ispržite nasjeckani luk, zalijte juhom i vinom, dodajte rajčicu, sol, papar i dobro prokuhajte. Dolijte škrobno brašno razmućeno u mlijeku i još neko vrijeme kuhajte, pa time prelijte jetru prije posluživanja. Uz to poslužite pirjanu rižu.

utorak

25

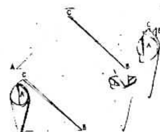
prosinac – decembar

srijeda

26

prosinac – decembar

Za ukrašavanje kolača



Od masnog papira lako ćete načiniti lijevak za ukrašavanje kolača. Izrežite kvadrat i dijagonalno ga preklopite, savijte da vrh A dođe do vrha C, onda još savijte i drugi kraj (B). Sve krajeve savijte da lijevak dobije ravni rub, koji će biti i čvrst. Odrežite toliko papira na vrhu koliko vam treba širok otvor, kroz koji ćete na kolač sipati šećer u prahu, ocaklinu (glazuru) ili istiskivati kreme te tučeno slatko vrhnje.

četvrtak

27

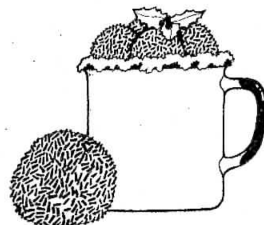
prosinac – decembar

petak

28

prosinac – decembar

Crne okruglice



PRIPREMITE: 15 dag šokolade, 15 dag šećera u prahu, 15 dag oraha, 1 dl ruma, svježe istisnuti sok od male naranče: nadjev – 1 tvrdo kuhani žutanjak, 10 dag šećera u prahu, 10 dag maslaca, 1 vanilin-šećer, čokoladne mrvice.

Rastopite čokoladu s rumom, dodajte šećer u prahu, orahe i toliko soka od naranče da dobijete gustu, ali povezanu smjesu. Za nadjev protisnite žutanjak, pa ga dodajte u pjenastu mješavinu maslaca, šećera i vanilin-šećera. Grabite žlicom čokoladnu smjestu, utisnite joj u sredinu malo nadjeva, oblikujte kuglice i uvaljajte ih u čokoladne mrvice.

subota

29

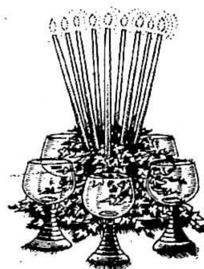
prosinac – decembar

nedjelja

30

prosinac – decembar

Kuhano vino



PRIPREMITE: 5 dl bijelog vina ili ružice (nipošto ne crnoga vina!), komadić limunove korice, 4 klinčića, komadić cimeta, 8 žličica šećera.

Sve sastojke stavite kuhati (količina šećera ovisi o vrsti vina i o osobnom ukusu), pustite da dobro provri, procijedite i poslužite vruće.

ponedjeljak

31

prosinac – decembar

Samoposluživanje na dočeku



Dogovoreno je: nova godina se dočekuje kod nas. Vi sad trebate doček organizirati tako da vam ne ostane nezaboravan (po zlu), nego da uživate kao i ostali. Samoposluživanje vam je pravo rješenje, a i za goste je ugodnije od sjedenja oko stola gdje manje-više razgovaraju samo sa susjedima. Za samoposluživanje je potrebno manje stolaca, a stol s jelima i pićima možete maknuti da oslobodite prostor za ples.

Evo nekoliko pravila za uspješno samoposluživanje: 1. Dogovorite tko što će donijeti od hladnih i toplih jela (npr. sarmu i juhu za sitne sate, za što predvidite zdjelice iz kojih se ne razlijeva kao iz tanjura). 2. Rasporedite jelo po stolu da budu pristupačna sa svih strana. 3. Stol lijepo, prikladno ukrasite (svijeće, crnogorica i sl). 4. Što više jela i pića pripremite unaprijed i sačuvajte na hladnom. 5. Pripremite papirnate ubruse, tanjure i češe (osim za ponoćno kucanje šampanjcem), te košarice za otpatke. 6. Dogovorite točno tko će donijeti što od pića, da se ne dogodi da uz zbirku žestokih pića oskudijevate u mineralnoj vodi! 7. Unaprijed dogovorite tko će u čemu i što pomagati!

Planiranje vrta

U zimskim mjesecima, kad je vrt pod snijegom ili kad pada kiša, uživamo u časopisima i knjigama o cvijeću, u kovanju planova za proljeće i ljeto. Pitamo se što, kako, koliko, kamo posaditi, imamo li dovoljno novca, gdje što nabaviti... U nekoliko je rečenica zacijelo nemoguće odgovoriti na sva ta pitanja, jer uređivanje vrta ovisi o mnogočemu!

Nezamislivo je graditi kuću bez plana, a po vrtu često sadimo ne tražeći ni osnovne savjete. A onda nakon deset (ili još manje) godina otkrijete da ste pregusto sve posadili ili, još gore, da susjed traži obaranje nekog stabla jer ulazi u njegov prostor. A dok kuću možete pregraditi za nekoliko mjeseci, novome će stablu trebati godine da naraste.

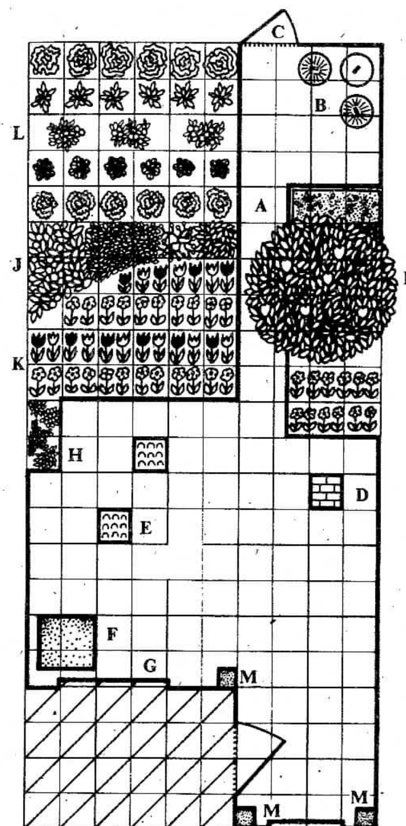
Ako gradite novu kuću, zatražite uz nju barem idejni plan vrta. Češće se uređuje ili preuređuje već postojeći vrt. Zimi, dok imate vremena, izmjerite vrt, načinite nacrt i ucrtajte postojeće grmlje i stabla, a onda planirajte preuređenje.

Kao primjer dajemo plan koji je geometrijski strogo nacrtan radi preglednosti, a vi ćete u vrtu načiniti blage linije, ovisno o konfiguraciji tla. Prikazan je stražnji vrt iza kuće obitelji s djecom, pa je popločeni prolaz (A) dovoljno širok i za kolica. Dio B predviđen je za kompostište i kante za smeće, a C su stražnja vrata. Dio uz kuću, dakako, popločen je kao dvorište, hladnoću kojega ćete razbiti s nekoliko starih opeka (D) i rupa za sađenje cvijeća ili grmlja (E). Predviđen je i pijesak za igru djece (F) kako bi bila na oku.

U vrtu neka najviše pri ruci budu začinske biljke (H). Jamačno želite i hladovito mjesto gdje ćete sjedjeti, pa i u najmanjem vrtu predvidite barem jedno stablo (I). Ne fantazirajte previše nad prekrasnim fotografijama po knjigama, nego pogledajte po susjedstvu koje drveće (ili voće) najbolje uspijeva. Niz ukrasnoga grmlja (J), ispred kojega uredite cvijetnjak (K), sakrit će povrtnjak. Računajte da peteročlanoj obitelji za intenzivni uzgoj povrća treba oko 250 m^2. Ne zaboravite ni pročelje i začelje kuće, pa predvidite i mjesta (M) gdje ćete posaditi ruže i druge penjačice.

Sa svojim planom želja pođite u neki rasadnik i porazgovarajte s vrtlarskim stručnjacima. Posavjetovat će vas koliko su ostvarive vaše želje, gdje ćete što nabaviti. Još ima vremena do ranog proljeća, pa ćete o svemu moći mirno promisliti i u svoj plan ucrtati potrebne promjene.

Meri Vlaić,
dipl. inž. poljoprivrede



PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

PRIHODI								
OSOBNI DOHODAK								
OSOBNI DOHODAK								
OSOBNI DOHODAK								
MIROVINA								
MIROVINA								
DJEČJI DODATAK								
STIPENDIJA								
DRUGI STALNI PRIHODI								
IZVANREDNI PRIHODI								

IZDACI								
STANARINA								
VODA								
ELEKTRIKA								
PLIN								
GRIJANJE								
RTV								
TELEFON								
OSIGURANJE								
ZAJAM								
OSTALI IZDACI								

PREGLED MJESEČNIH PRIHODA I IZDATAKA

IZDACI									IZDACI								

Bijeli detalji

Uvijek moderni! Na crnoj ili tamnoj haljini!

Plastron (a)

Nosite ga uz svaku tamnu haljinu koja ima V izrez.

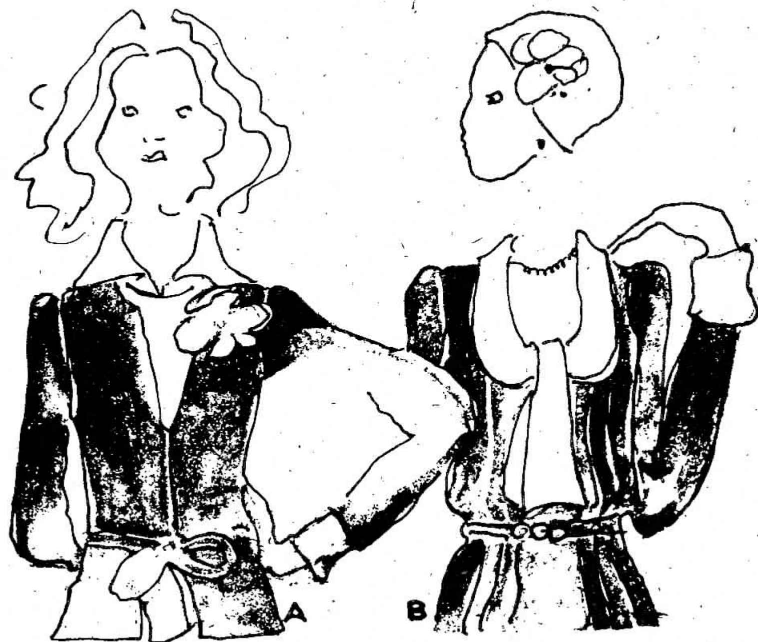
1 – 1/2 plastrona
2 – 1/2 ovratnika
3 – 1/2 orukavlja

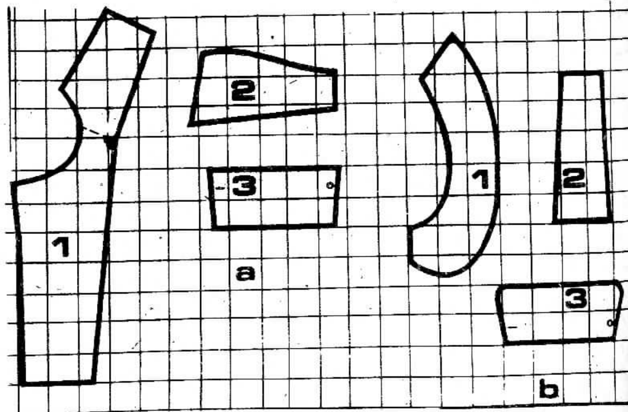
Ovratnik s ešarpom (b)

Pristaje uza sve dublje izreze na haljini.

1 – 1/2 ovratnika
2 – 1/2 ešarpe
3 – 1/2 orukavlja

Strana kvadratića sheme iznosi 5 cm.





VEČERNJA ŠMINKA

Šminka mora biti prilagođena tipu i dobi žene, ali i prilici, baš poput frizure. Dakako, i odjeća. Kao što ujutro ne idete na posao u dugačkoj večernjoj haljini, tako ne valja stavljati ni jaču, večernju šminku. I uvečer najljepša je šminka koja dočarava prirodan izgled, premda je u toj prilici dopuštena i maštovitost – ima li je i u frizuri i u odjeći, da sve bude usklađeno.

Boje šminke moraju biti u skladu s bojom kose, kože lica i odjeće. Ljepota oka bit će izražena ne samo dobro odabranim i iznijansiranim sjenilima za kapke, nego i isticanjem trepavica. Njih valja obojiti trajno ili premazati maskarom za tu priliku. No, nemaju sve žene guste ni dugačke trepavice. Njima može pomoći kozmetičarka umjetnim trepavicama koje uljepljuje jednu po jednu tako da se ne razlikuju od vaših trepavica, a zalijepljene su tako čvrsto da ne otpadnu nekoliko tjedana.

Blage tonove dnevne šminke navečer ćete pojačati, a usnice istaknite jačom bojom ruža. Kod večernjeg šminkanja ne smijete zapostaviti vrat, koji je uglavnom tamniji od lica, pa ga pokrijte tekućim puderom za nijansu svjetlijim od onoga na licu, a zatim ga prepudrajte puderom u prahu, također svjetlijim od onoga za lice. Sve to obavite prije odijevanja haljine. No, još prije šminkanja treba dotjerati neke dijelove tijela, koje ćete vjerojatno otkriti večernjom haljinom. Pretpostavljamo da zbog zime niste ipak zapustili njegu lakta. Njega valja premazivati svaki dan kao i lice. Nadalje, ne treba posebno isticati kako se ružno doimaju suvišne dlačice ispod ruku, na nogama i rukama, a i na licu. Treba ih odstraniti posebnim voskom, a najbolje je taj posao (osobito na licu) prepustiti stručnoj kozmetičarki.

No, da se vratimo šminkanju. Smetaju li vam podočnjaci, dobro je znati da postoji korektivni štift sasvim svijetle boje kože, kojim ćete u tankom sloju prekriti podočnjake, a eventualno ga možete malo staviti i na kapak. Rumenilo za obraze već je dugo u modi, a doimat će se ljepše i prirodnije ako ga, osim na obraze, stavite na bradu i čelo, a možda i ispod obrva. Dakako, stavljaju se gotovo nevidljivo male količine, pa se onda cijelo lice prepudra puderom u prahu.

Deodoran koji redovito stavljate na čistu kožu za večernji je izlazak nužan, a miris kolonjske vode ili parfema odaberite prema svome tipu i godinama.

Sklad šminke, frizure i odjeće ulijeva nam sigurnost nastupa, a osjećaj da smo ljepši poboljšava nam raspoloženje, čime pridonosimo boljem ugođaju u društvu.

I još nešto o povratku kući: makar se vratili u vrlo sitne noćne sate, to ne smije biti izlika da ne biste temeljito očistili naslagu šminke, a time odstranili i umor od neprospavane noći.

Ursula Rašica, kozmetičarka

SADRŽAJ

KAZALO RECEPATA ZA JELA

JELA OD POVRĆA

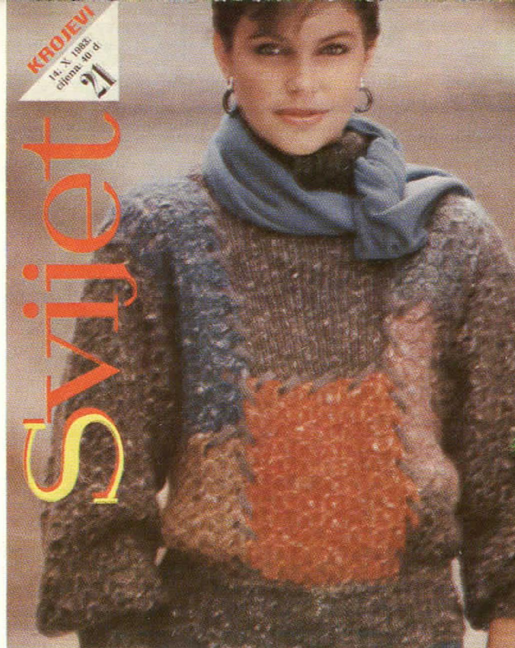
SLATKIŠI

ZIMNICA

Bilo hladno ili toplo, s VUNOM će vam biti ugodnije!
Veste, puloveri, rukavice i šalovi; za vaše najmlađe i najmilije savjeti i rješenja u VUNI.

S VUNOM ste moderni!





Svijet oko vas postavlja pitanja a ženska revija SVIJET daje prave odgovore!
O modi, delikatnim temama, na povjerljivo odgovara povjerljivo, o kozmetici, stanu i kuhinji; i za vaše dijete i zdravlje brine se SVIJET!
Bili smo iskreni: na mnoga pitanja dobit ćete u ženskoj reviji SVIJET prave odgovore!



Slobodno je vrijeme dragocjeno... zato ga korisno upotrijebite!
Pomoći će vam VEZ i ono što vam nudi: vezovi na stolnjacima, gobleni, ukusni ukrasi, narodni vezovi;

S VEZOM je lakše!